

**TINGKAT KEMAMPUAN *FOREHAND GROUNDSTROKES* DAN
BACKHAND GROUNDSTROKES SISWA SEKOLAH TENIS
MENOREH TENNIS CLUB, HANDAYANI TENNIS CLUB
*DAN BANTUL TENNIS CAMP***

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



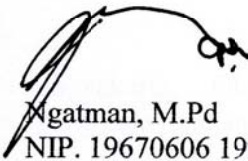
**Oleh:
Erman Sulistyatna
12604227058**

**PRODI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*” ini telah disetujui pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Oktober 2015
Pembimbing



Ngatman, M.Pd
NIP. 19670606 199403 1 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang kemampuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata cara etika penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Oktober 2015
Yang menyatakan



Erman Sulistyatna
NIM. 12604227058

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “**Tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club, Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp***” yang disusun oleh Erman Sulistyatna, NIM 12604227058 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 12 November 2015 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Ngatman, M.Pd	Ketua Penguji		11 / - 15 12
Hedi Ardiyanto H, M.Or	Sekretaris Penguji		10 / - 15 12
Hari Yuliarta, M.Kes	Penguji I (Utama)		10 / - 15 12
Dr. Edy Purnomo, M.Kes	Penguji II (Pendamping)		7 / 2015 12

Yogyakarta, Desember 2015
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,



Prof. Dr. Wawan S. Sundawan, M.Ed
NIP. 196407071988121001

MOTTO

Tak ada usaha yang sia-sia,
walaupun tak ada yang tahu kapan kita bisa menuainya.

(Erman Sulistyatna)

PERSEMBAHAN

Karya sederhana ini aku persembahkan untuk:

1. Istriku Any Syamsiatun dan kedua anakku Luluk Septiana dan Noby Baniara, yang tulus ikhlas mendukung, memberi semangat, dan senantiasa memanjatkan doanya hingga lulus kuliah ini. Karya ini tidak akan terselesaikan tanpa kasih sayang dari kalian.
2. Ayah dan Ibu tercinta, Bapak Sugijono dan alm. Isty Wasidjatun, atas segala kasih sayang dan motivasi yang telah diberikan hingga penulis dapat menyelesaikan studi.

**TINGKAT KEMAMPUAN *FOREHAND GROUNDSTROKES* DAN
BACKHAND GROUNDSTROKES SISWA SEKOLAH TENIS
MENOREH TENNIS CLUB, HANDAYANI TENNIS CLUB
DAN *BANTUL TENNIS CAMP***

Oleh
Erman Sulistyatna
12604227058

ABSTRAK

Teknik *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* merupakan salah satu teknik yang sangat penting dalam permainan tenis lapangan. Petenis kebanyakan kalah angka karena tidak menguasai teknik *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* pada siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club, Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*.

Metode dalam penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Dyer Tennis Test*. Validitas instrumen antara 0,8 sampai 0,90 dan reliabilitas instrumen adalah 0,90. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club, Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* yaitu sebanyak 32 siswa dengan rincian laki-laki berjumlah 20 siswa dan perempuan berjumlah 12 siswa.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club, Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* berkategori “sedang”, secara rinci sebanyak 2 siswa (6,25%) berkategori baik sekali, 5 siswa (15,63%) berkategori baik, 15 siswa (46,87%) berkategori sedang, 8 siswa (25%) berkategori kurang dan 2 siswa (6,25%) rendah. Pada kemampuan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club, Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* dapat diketahui dengan kategori “sedang”, dengan rincian sebanyak 2 siswa (6,25%) berkategori baik sekali, 8 siswa (25%) berkategori baik, 12 siswa (37,5%) berkategori sedang, 8 siswa (25%) berkategori kurang dan 2 siswa (6,25%) berkategori rendah. Sedangkan pada tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club, Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* dapat diketahui dalam berkategori “sedang”, dengan rincian sebanyak 2 siswa (6,25%) berkategori baik sekali, 5 siswa (15,63%) berkategori baik, 15 siswa (46,87%) berkategori sedang, 8 siswa (25%) berkategori kurang dan 2 siswa (6,25%) rendah.

Kata kunci: *Forehand Groundstrokes, Backhand Groundstrokes*, siswa sekolah tenis, *Dyer Tennis Test*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul Tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* ini. Penulis menyadari terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, doa, bimbingan dan arahan dari semua pihak. Selain itu, perkenankan penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., M.A. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta beserta staf yang telah banyak membantu hingga selesainya skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Sundawan, M.Ed. selaku dekan FIK UNY dan segenap dosen yang telah memberikan motivasi, bekal ilmu dan pembelajaran yang sangat berharga.
3. Bapak Ngatman, M.Pd, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasinya sehingga penulisan skripsi ini dapat diselesaikan.
4. Bapak Sriawan, M.Kes, selaku ketua program studi PGSD Penjas yang memberikan arahan selama proses perkuliahan.
5. Bapak Dr. Muhammad Hamid Anwar, selaku dosen penasehat akademik yang turut serta melancarkan penulis dalam menyelesaikan skripsi.

6. Ketua *club* sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
7. Teman-teman program studi Ilmu Keolahragaan PGSD Penjas 2012 atas doa, kebersamaan, dan kekompakan selama masa kuliah, semoga persaudaraan kita tetap terjaga.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan bantuan selama pelaksanaan penelitian dan penyusunan skripsi ini.

Semoga kebaikan semua pihak selama penyusunan skripsi ini menjadi amal ibadah serta mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT. Teriring doa dan harapan semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca pada umumnya. *Amin Ya Robbal'alamin.*

Yogyakarta, Oktober 2015

Erman Sulistyatna
NIM. 12604227058

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Deskripsi Teori	9
1. Hakikat Bermain Tennis	9
2. Hakikat <i>Forehand Groundstrokes</i>	11
3. Hakikat <i>Backhand Groundstrokes</i>	13
4. Karakteristik Anak Sekolah Tennis	15
5. Hakikat Tes Pengukuran.....	18

6. Hakikat Klub/Sekolah Tennis.....	20
B. Penelitian yang Relevan.....	21
C. Kerangka Pikir	23
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Desain Penelitian	25
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	25
C. Subyek Penelitian.....	26
D. Waktu dan Tempat Penelitian	26
E. Instrumen dan Pengumpulan Data	26
1. Instrumen Penelitian.....	26
2. Pengumpulan Data	27
F. Teknik Analisis Data	28
BAB IV HASIL PENELITIAN	30
A. Hasil Penelitian.....	30
1. Tingkat Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i>	30
2. Tingkat Kemampuan <i>Backhand Groundstrokes</i>	35
3. Tingkat Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> dan <i>Forehand Groundstrokes</i>	40
B. Pembahasan	46
1. Tingkat Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i>	47
2. Tingkat Kemampuan <i>Backhand Groundstrokes</i>	47
3. Tingkat Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> dan <i>Forehand Groundstrokes</i>	48
BAB V PENUTUP.....	50
A. Kesimpulan	50
B. Implikasi	51
C. Keterbatasan Penelitian	52
D. Saran-saran	52
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN.....	56

DAFTAR TABEL

Halaman

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. <i>Forehand Groundstrokes</i>	13
Gambar 2. <i>Backhand Groundstrokes</i>	16
Gambar 3. <i>Dyer Tennis Test</i>	28
Gambar 4. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i>	32
Gambar 5. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> Siswa Sekolah Tennis <i>Menoreh Tennis Club</i>	32
Gambar 6. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> Siswa Sekolah Tennis <i>Handayani Tennis Club</i>	33
Gambar 7. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> Siswa Sekolah Tennis <i>Bantul Tennis Camp</i>	35
Gambar 8. Histogram Kemampuan <i>Backhand Groundstrokes</i>	36
Gambar 9. Histogram Kemampuan <i>Backhand Groundstrokes</i> Siswa Sekolah Tennis <i>Menoreh Tennis Club</i>	37
Gambar 10. Histogram Kemampuan <i>Backhand Groundstrokes</i> Siswa Sekolah Tennis <i>Handayani Tennis Club</i>	39
Gambar 11. Histogram Kemampuan <i>Backhand Groundstrokes</i> Siswa Sekolah Tennis <i>Bantul Tennis Camp</i>	40
Gambar 12. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> dan <i>Backhand Groundstrokes</i>	42

Gambar 13. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> dan <i>Backhand Groundstrokes Menoreh Tennis Club</i>	43
Gambar 14. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> dan <i>Backhand Groundstrokes Handayani Tennis Club</i>	45
Gambar 15. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> dan <i>Backhand Groundstrokes Bantul Tennis Camp</i>	46

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Petunjuk Pelaksanaan <i>Dyer Tennis Test</i>	56
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian	58
Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian <i>Menoreh Tennis Club</i>	59
Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian <i>Handayani Tennis Club</i>	60
Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian <i>Bantul Tennis Camp</i>	61
Lampiran 6. Hasil Perolehan Data <i>Forehand Groundstrokes</i>	62
Lampiran 7. Hasil Perolehan Data <i>Backhand Groundstrokes</i>	63
Lampiran 8. Hasil Perolehan Data <i>Forehand Groundstrokes dan Backhand Groundstrokes</i>	64
Lampiran 9. Foto Penelitian	65

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari yang penting dan sudah merupakan kebutuhan bagi manusia serta berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Hal ini terbukti bahwa sepadat apapun kegiatan yang dilakukan oleh masyarakat namun masih disempatkan untuk melakukan kegiatan olahraga. Perkembangan olahraga sampai saat ini telah memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kebugaran, kesegaran dan kesehatan masyarakat. Di samping itu olahraga juga turut berperan besar terhadap peningkatan kemampuan bangsa dalam melaksanakan sistem pembangunan yang berkelanjutan.

Salah satu jenis olahraga yang sangat dikenal oleh masyarakat saat ini adalah tenis. Sekarang ini tenis sudah mendapat perhatian yang cukup besar dari masyarakat. Hal ini dapat dilihat dari tingginya animo dan banyaknya minat masyarakat yang bermain tenis mulai dari anak-anak sampai orang dewasa, bahkan orang tua ikut juga berperan dalam permainan tersebut. Tenis bukan lagi hanya sekedar ingin mencari kebugaran atau untuk rekreasi, tapi juga sudah dijadikan sebagai sarana untuk mencapai prestasi.

Program pengembangan olahraga tenis akan berhasil dengan baik jika ada dukungan dari berbagai pihak, seperti dukungan dari pemerintah, dinas pendidikan, dan masyarakat. Salah satu program pengembangan dan permasalahan olahraga tenis di kalangan usia muda dapat ditempuh melalui perkumpulan/klub/sekolah tenis sebagai wahana untuk membina olahraga tenis

di kalangan usia muda. Dengan semakin banyaknya kejuaraan maka akan mendorong berdirinya sentra-sentra latihan, seperti: perkumpulan/klub/sekolah tenis, ataupun pembinaan tenis usia dini, baik yang berbentuk individu (privat) maupun sekolah.

Banyak orang beranggapan bahwa tenis adalah olahraga yang dapat dikategorikan mahal dan hanya dimainkan oleh orang dari kalangan atas saja, karena untuk membeli peralatan diperlukan biaya yang cukup mahal. Namun semakin lama pandangan tersebut sudah tidak berlaku lagi, masyarakat dari golongan menengah pun bisa bermain tenis. Sekarang ini harga peralatan tenis sudah bisa terjangkau kalangan menengah maupun kalangan bawah. Selain itu dengan adanya kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi seperti: modifikasi raket yang disesuaikan kemampuan anak, ukuran lapangan yang disesuaikan dengan keadaan anak (lapangan mini) dan masih banyak yang lainnya akan menguntungkan bagi perkembangan olahraga tenis di Indonesia. Bahkan saat ini banyak bermunculan sekolah-sekolah/klub tenis dengan berbagai fasilitas yang cukup memadai, baik di tingkat nasional maupun daerah yang akan lebih mendukung sebagai sarana untuk mencapai prestasi olahraga tenis di Indonesia.

Berbagai sekolah tenis/klub yang ada di DIY, di antaranya: sekolah tenis *Mercu Buana*, *Damas Tennis School*, *Sichata*, *Hadayani Tennis Club*, *Bantul Tennis Camp*, *Menoreh Tennis Club* dan *Selabora FIK UNY*. Keberadaan klub/sekolah tenis dengan didukung pembinaan yang baik, maka akan mendorong tercapainya tujuan yang dikehendaki. Berbagai alasan dan tujuan seseorang memilih olahraga tenis lapangan untuk memasukkan putra-putrinya

ke dalam suatu perkumpulan atau sekolah tenis ini. Ada yang sekedar hanya sebagai olahraga rekreasi, untuk meningkatkan kebugaran jasmani, bahkan sampai pada tujuan prestasi dan menambah penghasilan. Jika latihan tenis dalam klub/sekolah tenis dapat terprogram dengan baik maka pembinaan atlet akan berjalan dengan baik.

Prestasi olahraga termasuk di dalamnya cabang olahraga tenis lapangan, tidak terlepas dan sistem pembinaan, organisasi, sarana dan prasarana, serta factor-faktor lain yang mendukung perkembangan olahraga yang bersangkutan. Seperti; faktor sosial budaya dan faktor ekonomi. Melihat prestasi yang dicapai para petenis Indonesia saat ini belum menunjukkan hasil yang maksimal yang disebabkan oleh penguasaan berbagai macam teknik dasar dalam bermain tenis lapangan sangat kurang. Apalagi usia dini atau anak-anak merupakan usia yang tepat dalam mengembangkan bakat yang dimiliki. Untuk mencapai prestasi yang optimal perlu dilakukan proses pembinaan jangka panjang, pembinaan itu meliputi latihan teknik dasar, pendalaman teknik dasar, termasuk melakukan evaluasi. Dalam melakukan sebuah evaluasi sebelumnya perlu dilakukan tes pengukuran, agar mendapatkan data yang valid serta dapat mengukur kemajuan diri atlet. Keberadaan klub/sekolah tenis dengan didukung pembinaan yang baik, maka akan mendorong tercapainya tujuan yang dikehendaki.

Anak-anak merupakan aset berharga yang harus dibina dengan benar, karena anak-anak merupakan bibit unggul yang akan menggantikan generasi sebelumnya. Setiap anak mempunyai ambisi atau keinginan yang berbeda di dalam hasratnya untuk mempelajari teknik dasar tenis lapangan. Akibatnya

tingkat penguasaan teknik dari anak-anak tersebut tentunya akan menunjukkan hasil berbeda. Dengan data tersebut bisa ditarik kesimpulan, apakah menunjukkan hasil positif atau negatif, sehingga bisa melakukan pembenahan program latihan apabila menunjukkan hasil yang negatif.

Beberapa teknik dasar dalam permainan tenis diantaranya adalah *serve*, *volley* dan *groundstrokes*. Ketiga teknik ini merupakan gabungan yang harus dilatih secara proporsional. Begitu banyak teknik dasar dalam permainan tenis, namun pukulan yang lebih banyak dilakukan saat permainan adalah *groundstrokes*. *Groundstrokes* adalah pukulan setelah bola memantul ke lapangan (Brown, 2007:31). Pada saat melakukan pukulan ini, diharapkan bola yang dipukul dapat mencapai sasaran yang diharapkan sehingga lawan tidak dapat lagi mengembalikan bola, karena *groundstrokes* merupakan kunci dari permainan.

Groundstrokes yang solid akan susah dimatikan oleh lawan. *Groundstrokes* sangat penting harus dikuasai oleh pemain, sebab dalam melakukan permainan atau pertandingan *groundstrokes* merupakan yang paling banyak dilakukan. Seperti yang dikemukakan oleh Jindrich dan Klavora (1987: 19) bahwa teknik *groundstrokes* merupakan teknik yang dominan digunakan selama dalam permainan tenis yang sebenarnya, sekitar 47% teknik pukulan yang dilakukan selama dalam permainan tenis adalah teknik *groundstrokes*. Artinya, karena banyaknya pukulan *groundstrokes* yang dilakukan dalam pertandingan, maka sangat perlu bagi pemain untuk menguasai teknik pukulan *groundstrokes*.

Groundstrokes dapat dilakukan dengan *forehand* atau sering juga disebut dengan *forehand drive* dan dapat pula dilakukan dengan *backhand* atau sering disebut dengan *backhand drive*, tergantung dari mana dan di mana bola itu dipukul. *Forehand groundstrokes* bola mengarah ke samping tubuh di mana pemain memegang raket, sedangkan *backhand groundstrokes* bola mengarah ke sisi yang berlawanan. Penelitian ini khusus membahas tentang *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes*, karena pukulan ini dianggap yang paling sering dan banyak dilakukan dalam permainan dan dianggap pukulan yang mudah dikuasai oleh pemain pemula.

Teknik *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* yang baik akan sangat mendukung jalannya permainan, bahkan akan mencapai prestasi yang optimal. Karena dengan penguasaan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* yang baik akan susah dimatikan oleh lawan. Kebanyakan pemain tidak bisa mengembalikan bola saat harus memukul dengan pukulan *backhand groundstrokes*, karena teknik ini dirasa lebih sulit daripada teknik *forehand groundstrokes*.

Dengan banyaknya klub tenis yang telah ada, maka diharapkan keterampilan bermain bola tenis pada atlet dapat dikuasai dengan baik. Namun pada kenyatannya, pada saat permainan petenis kebanyakan kalah angka karena tidak menguasai teknik *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* dengan baik. Untuk mengetahui seberapa tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* harus dilakukan tes dan pengukuran pada teknik tersebut. Khususnya pada sekolah tenis *Menoreh*

Tennis Club, Handayani Tennis Club dan Bantul Tennis Camp belum pernah dilakukan tes tenis untuk mengetahui tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes*. Selain itu, kebanyakan anggota klub/sekolah tenis masih banyak atlet pemula dan berumur di bawah 12 tahun, sehingga penguasaan/kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* masih belum optimal. Oleh sebab itu, perlu dilakukan pengukuran untuk mengetahui tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes*. Atas dasar latar belakang yang telah dipaparkan, maka judul dalam penelitian ini adalah “Tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club, Handayani Tennis Club dan Bantul Tennis Camp*.”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah sebagaimana diuraikan di atas, maka permasalahan yang muncul dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* belum dikuasai secara optimal.
2. Perlu dilakukannya pengukuran terhadap tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club, Handayani Tennis Club, dan Bantul Tennis Camp*.
3. Belum diketahuinya tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club, Handayani Tennis Club, dan Bantul Tennis Camp*.”

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas, maka permasalahan perlu dibatasi agar tidak lepas dari inti permasalahan sebenarnya dan keterbatasan peneliti baik dana maupun waktu yang tersedia, peneliti membatasi permasalahan pada tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*.

D. Rumusan Masalah

Dari identifikasi masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: “Seberapa baik tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian tentunya harus membawa manfaat, baik secara teori maupun praktik. Adapun kedua manfaat tersebut adalah sebagai berikut:

1. Secara Teori

- a. Memberikan sumbangan dalam perkembangan pengetahuan, khususnya bagi pelatih klub/sekolah tenis.

- b. Dapat dijadikan sebagai bahan kajian bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian sejenis.

2. Secara Praktik

- a. Memberikan informasi kepada para pemain tenis khususnya usia dini untuk bersungguh-sungguh dalam berlatih di klub sekolah tenis dalam penguasaan teknik pukulan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes*.
- b. Memberikan sumbangan informasi kepada para pelatih sekolah tenis untuk memperdalam teknik pukulan *ferehand groundtrokes* dan *backhand groundstrokes*.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Diskripsi Teori

1. Hakikat Bermain Tennis

Tenis merupakan cabang olahraga yang dimainkan oleh dua orang pemain yang disebut partai tunggal atau dapat dilakukan dengan empat orang pemain yang disebut partai ganda. Tennis adalah sebuah permainan yang memerlukan raket untuk memukul bola, yang dipukul bolak-balik melewati net dan masuk ke dalam lapangan (Palmizal, 2012: 3). Tennis merupakan permainan yang menggunakan alat-alat seperti raket, net, bola tennis, dengan teknik pukulan yang bervariasi mulai dari yang relatif lambat hingga yang sangat cepat. Tennis dimainkan pada arena lapangan berbentuk empat persegi panjang, seperti yang dikemukakan oleh Jones (2006:12) bahwa:

Lebar lapangan untuk permainan tunggal 27 kaki (8.22 meter), sedangkan lebar lapangan untuk permainan ganda 36 kaki (10.97meter) dan panjang 78 kaki (23.77 meter), sebuah net dari tali dengan tiang setinggi 0.915 m pada kedua tiang net. Net (jaring) dipasang di tengah-tengah sehingga lapangan terbagi menjadi dua sama besar yang menyerupai empat persegi panjang. Permainan tunggal (*single*), ganda (*double*) atau campuran (*mixed*) dimainkan dengan menggunakan garis batas yang berbeda, lapangan tennis lapangan dibatasi pada masing-masing sisinya oleh dua buah garis pinggir.

Tujuan permainan tennis adalah berusaha untuk mendapatkan angka/point untuk mencapai kemenangan. Jones dan Angela (2006:10) mengemukakan bahwa, sasaran permainan adalah memukul bola dalam garis sehingga lawan tidak dapat a) mencapainya, atau b) mengembalikan ke

daerah permainan sendiri. Artinya, dalam permainan berlangsung, dengan cara memukul atau menempatkan bola pada posisi yang sulit ke daerah permainan lawan sehingga tidak bisa dikembalikan oleh lawan dan berusaha agar bola tidak terhenti di daerah sendiri.

Dari berbagai pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa tenis merupakan cabang olahraga yang biasa dimainkan secara tunggal atau ganda menggunakan bola kecil dan raket sebagai pemukul bola yang dimainkan di atas lapangan berbentuk persegi panjang yang membagi dua sama besar oleh sebuah net dengan cara memukul atau menempatkan bola pada posisi yang sulit ke daerah permainan lawan sehingga tidak bisa dikembalikan oleh lawan dan berusaha agar bola tidak terhenti di daerah sendiri.

Pencapaian prestasi dalam tenis lapangan didukung oleh beberapa penguasaan teknik, salah satunya adalah *groundstrokes* baik *forehand* maupun *backhand*, karena teknik tersebut merupakan teknik yang paling sering dilakukan dalam tenis lapangan. Baik atau buruknya teknik *groundstrokes* dapat diketahui dengan beberapa tes. Macam-macam tes untuk mengukur tingkat kemampuan *groundstrokes* antara lain *dyer tennis test*, tanda meja/*table marking* oleh Tomoliyus, dan modifikasi tes keterampilan bermain tenis lapangan bagi mahasiswa oleh Ngatman.

Menurut Echols dan Sadili (1996:96), *groundstroke* terdiri dari dua kata yaitu *ground* dan *stroke*. *Ground* berarti tanah, dan *stroke* berarti pukulan. Berarti *ground stroke* dapat diartikan sebagai pukulan yang

dilakukan setelah bola menyentuh tanah. Menurut Brown (2001:31), *groundstrokes* adalah pukulan setelah bola memantul ke lapangan. Menurut Schuler (1993: 256), teknik *groundstrokes* adalah pukulan di daerah lapangan belakang (*baseline*) yang dilakukan setelah bola memantul. Berdasarkan pendapat yang dikemukakan di atas maka dapat disimpulkan bahwa *groundstrokes* adalah teknik memukul bola yang dilakukan setelah bola jatuh ke tanah atau lapangan permainan.

2. Hakikat *Forehand Groundstrokes*

Pukulan *forehand* merupakan pukulan yang dilakukan dengan tangan kanan dari sebelah kanan badan, terkecuali bila pemain itu kidal (Arma Abdoellah, (1981:513). *Forehand groundstrokes* adalah teknik pukulan dasar dalam permainan bola tenis yang dilakukan setelah bola memantul di lapangan dan dilakukan pada sisi *forehand*.

Gerakan *forehand groundstrokes* dapat dibagi menjadi tiga tahap yaitu: tahap ayunan ke belakang (*backswing*), tahap saat perkenaan bola dengan raket (*point of contact*), serta tahap saat gerak lanjutan (*follow through*). Dalam pelaksanaannya ketiga tahap ini harus merupakan satu kesatuan gerak dan harus dilakukan secara simultan. Menurut Jim Brown, (2007: 32-33) begitu tahu bahwa bola menuju sisi *forehand*, mulailah melakukan *backswing*. *Backswing* ini dilakukan dengan cara mengayunkan raket ke belakang dalam arah paralel garis lurus ke lapangan atau dalam bentuk agak memutar, ke posisi di mana raket berada agak di bawah pinggang dan menuding ke bangku atau dinding ke belakang *baseline*.

Begitu bola menuju sisi *forehand*, bergerak ke posisi berlawanan, menunjuk pada bola dengan kaki yang di depan membentuk sebuah garis yang mendekati paralel dengan *sideline*. Jika bola datang lebih rendah dari pinggang, tekuk lutut, dijaga agar punggung tetap lurus. Teknik *forehand groundstrokes* dipaparkan oleh (Brown, 2007:31-32):

a. Tahap ayunan ke belakang (*backswing*)

Berawal dan sikap siap begitu bola datang, putar badan ke kanan (bagi yang tidak kidal) sehingga bahu dan pinggang menghadap ke net, berat badan berada di kaki kanan, bersamaan dengan gerak tersebut tarik raket ke belakang kurang lebih setinggi telinga kemudian membawa raket setinggi pinggang. Pantat raket menghadap ke arah datangnya bola, lutut agak ditekuk untuk membantu melakukan gerakan memukul dari bawah ke atas.

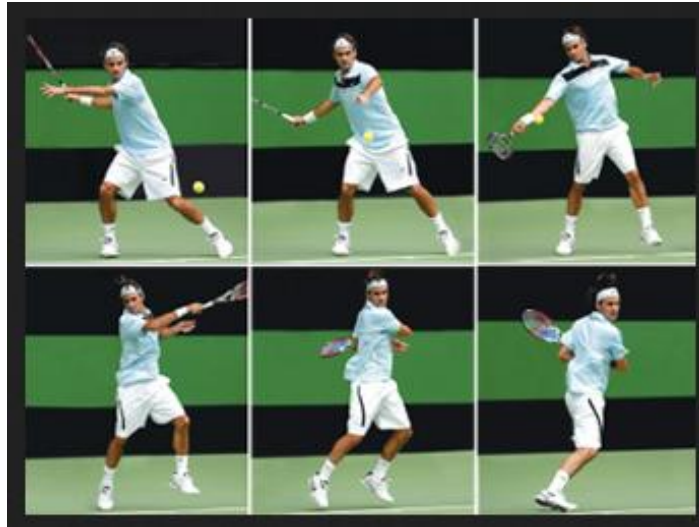
b. Tahap saat perkenaan (*point of contact*)

Memindah posisi kaki kiri ke depan sehingga kedua kaki sejajar dengan garis samping, ujung kaki kiri serong ke depan dan ujung kaki kanan mengarah ke garis samping. Memindah posisi berat raket dari kanan ke kaki kiri. Bersamaan dengan itu ayun raket dari belakang ke depan agak ke atas di depan pinggul sebelah kiri. Pada saat raket mengenai bola, raket diusahakan tetap sejajar dengan lantai, pergelangan tangan agak bengkok ke belakang. Bola dipukul setinggi lutut sampai pinggang dan agak di depan badan.

c. Tahap gerak lanjutan (*followthrough*)

Setelah raket mengenai bola dilanjutkan gerakan lengan lurus ke depan dari rendah ke tinggi menuju ke arah net, kaki yang berada di belakang melangkah ke depan kembali ke posisi siap (*ready position*).

Dari beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa *forehand groundstrokes* adalah teknik pukulan dasar dalam permainan bola tenis yang dilakukan setelah bola memantul di lapangan dan dilakukan dengan tangan kanan dari sebelah kanan badan, terkecuali bila pemain itu kidal dengan tahapan *backswing*, *point of contact*, dan *followthrough*.



Gambar 1. *Forehand Groundstrokes*.(<https://ausapproach.wordpress.com>)

3. Hakikat *Backhand Groundstrokes*

Pukulan *backhand* merupakan pukulan yang dilakukan dengan tangan kanan tetapi dari sebelah kiri badan (Arma, 1981: 514). *Groundstrokes backhand* mengarah ke sisi yang berlawanan (Brown: 31). Dalam ulasan tersebut yang dimaksud adalah berlawanan dengan arah bola yang harus dipukul dengan *forehand groundstrokes*. Sehingga, pada dasarnya teknik *backhand* memiliki konsep dasar gerakan yang sama dengan teknik *forehand groundstrokes*, karena *backhand* merupakan kebalikan dari gerakan *forehand groundstrokes*.

Menurut Brown, (2007: 34-35) dengan tidak memperhatikan bagaimana memegang raket, mulailah mengayunkan ke belakang begitu bola dipukul lawan. Gunakan tangan yang bebas untuk mengayun leher raket. Biarkan tangan berada di bagian tersebut selama memukul dengan *backhand* kecuali bila memukul dengan menggunakan dua tangan, begitu

raket terayun ke belakang, putar bahu sehingga lawan dapat melihat punggung.

Backhand groundstrokes adalah teknik pukulan dasar dalam permainan tenis yang dilakukan setelah bola memantul di lapangan dan dilakukan dari sisi *backhand*. Gerakan *backhand groundstrokes* pada prinsipnya hampir sama dengan *forehand groundstrokes* yang terdiri dari tiga tahap, yaitu tahap ayunan ke belakang (*backswing*), tahap saat perkenaan (*point of contact*), dan tahap gerak lanjutan tahap (*follow through*). Menurut Brown (2007:35-35), teknik *backhand groundstrokes* dapat dipaparkan sebagai berikut:

a. Tahap ayunan ke belakang (*backswing*)

Sikap siap begitu bola datang putar badan ke kiri (bagi yang tidak kidal), sehingga menghadap ke garis samping, berat badan berada di kaki kiri. Bersamaan dengan belakang setinggi telinga, kemudian pinggang, lengan sedikit bengkok ke kiri (hampir membelakangi net).

b. Tahap saat perkenaan (*point of contact*)

Pindah kaki kanan ke depan sehingga kedua kaki sejajar garis samping. Pindahkan berat badan, bersamaan dengan itu ayun raket dari belakang ke depan agak ke atas untuk memukul bola di depan pinggang sebelah kanan. Bola dipukul setinggi antara lutut sampai pinggang. Saat perkenaan raket dengan bola, kedudukan raket sejajar dengan lantai.

c. Tahap gerak lanjut (*follow through*)

Setelah terjadi perkenaan antara bola dengan raket (setelah *point of contact*), lanjut gerakan lengan ke depan panjang sehingga posisi akhir, raket dengan lurus di atas bahu dan mengarah ke atas melewati mata sebelah kanan.

Dari beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa *backhand groundstrokes* adalah teknik pukulan dasar dalam permainan bola tenis yang dilakukan setelah bola memantul di lapangan dan dilakukan

dengan tangan kanan tetapi dari sebelah kiri badan dengan tahapan *backswing*, *point of contact*, dan *followthrough*.



Gambar 2. *Backhand Groundstrokes*.(<http://www.gameplantennis.com>).

4. Karakteristik Anak Sekolah Tennis

Masa kanak-kanak dimulai pada akhir masa bayi sampai anak matang secara seksual, yakni sekitar umur 2-12 tahun. Masa kanak-kanak dibagi menjadi 2 periode, yaitu awal masa kanak-kanak, sekitar umur 2-6 tahun, dan akhir masa kanak-kanak sekitar umur 6-12 tahun (Siti Partini Suardiman: 1995: 106).

Siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* berkisar antara umur 6-16 tahun. Berikut karakteristik anak usia 6-16 tahun:

a. Masa kanak-kanak akhir (6-12 tahun) mempunyai karakteristik:

- 1) Anak mulai belajar ketrampilan fisik yang diperlukan untuk memperbaiki kualitas permainan yang biasa dilakukan.
- 2) Sebagai makhluk yang sedang tumbuh, anak mulai belajar mengembangkan sikap, rasa dan logika yang sehat mengenai diri sendiri dan orang lain.
- 3) Anak mulai menguasai belajar alat atau metode untuk bergaul, berinteraksi/berkomunikasi dan bermain dengan kelompok atau teman yang sebaya.
- 4) Anak mulai belajar mengembangkan tugas dan peran sosial berdasarkan status gendernya (pria atau wanita).
- 5) Anak mulai belajar mengembangkan ketrampilan dasar untuk membaca, menulis, dan berhitung.
- 6) Anak mulai belajar mengembangkan konsep-konsep yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari.
- 7) Anak mulai belajar mengembangkan kata hati/batin, moral/sikap dan skala nilai terhadap kelompok sosial atau lembaga.
- 8) Anak mulai belajar mencapai kebebasan secara pribadi, bersaing dan ingin berkuasa sehingga sering timbul kenakalan.
- 9) Anak mulai timbul minat untuk belajar berpikir realistis, berimajinasi dan mengembangkan rasa ingin tahu.

b. Karakteristik Usia 11-13 tahun (Remaja Awal)

Remaja Awal (*Early Adolescence*) yaitu remaja yang berusia berkisar 11-13 tahun, di mana pada masa adalah masa yang paling penting untuk mengetahui pendidikan seks, karena masa ini remaja cepat tertarik dengan lawan jenis dan mudah terangsang secara erotis. Oleh karena itu, anak remaja penting untuk mengetahui pendidikan seks sejak dini (Soetjiningsih, 2004).

c. Karakteristik Usia 14-16 tahun (Remaja Madya)

Remaja Madya (*Middle Adolescence*) yaitu remaja yang berusia berkisar 14-16 tahun, masa ini adalah masa mengenal diri sendiri, menjauhkan diri dari keluarga dan lebih senang bergaul dengan teman temannya. Remaja mungkin tidak mau berbagi perasaan mereka dengan

orangtuanya, jika tidak ditangani secara serius dapat menimbulkan kesenjangan dalam komunikasi dan hilangnya rasa percaya terhadap orang lain. Pada masa ini remaja memerlukan informasi tentang penularan penyakit menular seksual (Soetjiningsih, 2004).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa karakteristik anak pada usia 6-16 tahun pada penelitian ini adalah karakteristik anak antara anak usia masa kanak-kanak dan remaja awal. Perlu diketahui, bahwa untuk keperluan kecepatan tumbuh serta kematangan sejenisnya, banyak dibutuhkan energi dalam jumlah besar maka terjadilah kemerosotan jasmani maupun psikis.

Keadaan anak pada masa pertumbuhan dan perkembangan terjadi kemurungan dan fantasi yang berlebihan. Keadaan ini menyebabkan rasa tidak mampu sehingga enggan bergerak. Dengan kondisi seperti ini maka siswa memerlukan dorongan oleh orang yang lebih berpengalaman. Secara umum tujuan latihan tenis pada tingkat dasar menurut M. Yunus, (1995: 52-53) yaitu sebagai berikut:

- a. Menumbuhkan dan memupuk rasa senang berolahraga.
- b. Mengembangkan kemampuan fisik secara menyeluruh sebagai persiapan dasar untuk pengembangan fisik khususnya petenis.
- c. Memberikan pengalaman gerak yang beragam.
- d. Mengajarkan keterampilan dasar dan kontrol dalam cabang olahraga tenis.
- e. Pengembangan kreativitas dengan memberikan latihan yang bervariasi dan tugas mandiri.
- f. Menanamkan sikap mental dan kebiasaan yang baik sebagai pendukung pencapaian prestasi.
- g. Menanamkan kebiasaan hidup sehat, teratur, sopan santun, serta etika di lapangan dan dalam bertanding.

5. Hakikat Tes Pengukuran

Tes merupakan salah satu bentuk instrumen yang digunakan untuk melakukan pengukuran (Djemari Mardapi, 2012: 108). Dapat diartikan bahwa untuk mengukur suatu objek diperlukan suatu instrumen, dalam hal ini instrumen yang digunakan adalah tes. Kegiatan pengetesan merupakan salah satu cara untuk menaksir tingkat kemampuan peserta didik secara tidak langsung, yaitu melalui respons seseorang terhadap sejumlah stimulus atau pertanyaan (Djemari Mardapi, 2012: 108).

Pengukuran pada dasarnya merupakan kegiatan penentuan angka bagi suatu objek secara sistematis (Djemari Mardapi, 2012: 7). Dengan penentuan angka maka akan dapat menggambarkan karakteristik suatu objek, karena dapat menggambarkan kemampuan seseorang dalam bidang tertentu yang telah dinyatakan dalam bentuk angka. Oleh sebab itu, kesalahan dalam pengukuran harus diminimalisir. Untuk itu perlu ditinjau beberapa sumber kesalahan pengukuran. Menurut Djemari Mardapi (1996: 54), sumber kesalahan pengukuran terletak pada empat hal, yaitu: (a) alat ukur itu sendiri, (b) pada yang menggunakan, (c) pada yang diukur, dan (d) pada lingkungan.

Menurut Ngatman, (2011: 6) tes pengukuran merupakan istilah yang sering dipergunakan dalam kegiatan proses pembelajaran dan memiliki satu keterkaitan antara satu dengan yang lain. Tes adalah suatu alat pengumpul data yang dapat dipakai sebagai dasar penilaian dalam proses pendidikan. Yang ingin kita peroleh biasanya tentang atribut atau sifat-sifat yang

terdapat pada individu atau objek yang bersangkutan. Informasi yang akan dihimpun itu bisa dijarah melalui observasi, wawancara, angket, atau bentuk lain yang sesuai.

Pendapat di atas dapat ditarik sebuah makna pengertian tes pengukuran, yaitu: kegiatan pengambilan data dengan hasil berupa angka dengan sebuah instrumen yang bersifat khusus yang dapat dipergunakan untuk mendapatkan informasi tentang karakteristik individu/ kelompok dengan wujud respons seseorang terhadap sejumlah stimulus atau pertanyaan dengan prinsip dapat meminimalisir kesalahan dalam pengukuran agar karakteristik siswa dapat tergambarkan dengan akurat.

Melalui tes pendidik akan mendapatkan informasi yang tepat mengenai keadaan peserta didik sesuai dengan tingkatan yang dimiliki dengan tes kinerja dalam pelaksanaan pengajaran pendidikan jasmani. Pelatih dapat memperoleh data-data yang tepat mengenai kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* dan peserta didik dalam permainan tenis lapangan atau tes kinerja cabang-cabang olahraga lain. Dengan data-data yang tepat akan memudahkan pendidik untuk mengadakan diagnosis terhadap kesalahan-kesalahan dan kelebihan-kelebihan siswa baik secara klasikal maupun individual.

Menurut Ngatman, (2011: 19) keberadaan tes yang berkualitas dalam pengajaran pendidikan jasmani sangat diperlukan, karena dengan tes yang berkualitas akan dapat memberikan umpan balik (*feed back*) tentang

kegiatan belajar-mengajar itu sendiri, terutama yang berkaitan dengan keefektifan dan produktifitasnya.

Berbagai pendapat yang dikemukakan di atas dapat ditarik makna bahwa apabila akan menyusun tes keterampilan olahraga termasuk di dalamnya menyusun tes keterampilan bermain tenis lapangan harus mengetahui unsur-unsur teknik yang sangat esensial dan cabang olahraga yang akan disusun tesnya. Tes adalah alat yang bersifat khusus dan pengukuran, pengukuran adalah suatu proses untuk mengetahui keadaan sesuatu sebagaimana adanya, yang dan pengukuran tersebut dapat diperoleh data kuantitatif yang dapat dicatat dalam angka. Sedangkan evaluasi adalah proses pengambilan keputusan dengan cara membandingkan skor pengukuran dengan suatu patokan yang telah ditentukan sebelumnya.

6. Hakikat Klub/Sekolah Tenis

Pada kamus umum bahasa Indonesia (Badudu J.S. & Sutan Mohammad Zain, 1996: 703) klub diartikan sebagai perkumpulan olahraga, kesenian, hiburan atau studi. Dalam kamus olahraga (Depdikbud, 1982: 28) klub diartikan sebagai suatu kelompok yang mempunyai anggota yang tujuannya sama. Sedangkan sekolah merupakan lembaga tempat orang belajar (Badudu J.S. & Sutan Mohammad Zain, 1996: 1245). Jadi dapat dijelaskan bahwa klub/sekolah tenis merupakan tempat/wahana untuk suatu perkumpulan yang memiliki visi dan misi yang sama dalam mencapai tujuan khususnya untuk belajar tenis dengan tujuan untuk mendapatkan prestasi tenis lapangan yang optimal.

Siswa sekolah tenis pada umurnya anggotanya memiliki rentang usia antara 6-18 tahun. Dengan rentang usia ini diharapkan dalam penanaman teknik dasar bermain tenis, khususnya *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* harus dilakukan secara benar. Penguasaan teknik dasar yang benar akan memudahkan untuk mengembangkan ke arah tingkat pencapaian prestasi yang lebih tinggi. Oleh sebab itu, seyogyanya para pengajar di sekolah tenis sadar akan arti pentingnya penanaman penguasaan teknik dasar bermain tenis secara benar.

Di Daerah Istimewa Yogyakarta banyak terdapat sekolah tenis dan perkumpulan tenis, baik junior maupun senior. Berdirinya suatu sekolah atau perkumpulan tenis di Daerah Istimewa Yogyakarta mempunyai satu misi yang hampir sama yaitu membina anak usia dini dan sebagai upaya mencetak atlet yang berprestasi sehingga bisa meningkatkan prestasi olahraga tenis lapangan di Indonesia khususnya di Daerah Istimewa Yogyakarta.

Sekolah tenis merupakan ujung tombak pembinaan cabang olahraga tenis usia dini sebagai cikal bakal pemasalan olahraga tenis di kalangan masyarakat khususnya usia muda yang bertujuan untuk mencapai kebugaran jasmani bagi siswa sekolah tenis maupun untuk mencapai prestasi dalam cabang olahraga tenis.

B. Penelitian yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Toriq Tahara Ardhani tahun 2013 yang berjudul tingkat keterampilan pukulan *forehand groundstroke drive* dan

backhand groundstroke drive siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis lapangan di SMP Negeri 1 Kaliangkrik, Kabupaten Magelang dengan metode penelitian survey. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan pukulan *forehand groundstroke drive* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis lapangan di SMP Negeri 1 Kaliangkrik Kabupaten Magelang dalam kategori sedang (56,0%), rendah (16%), sangat tinggi (12%), tinggi dan sangat rendah (8%). Tingkat keterampilan pukulan *backhand groundstroke drive* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis lapangan di SMP Negeri 1 Kaliangkrik, Kabupaten Magelang dalam kategori sedang (40,0%), tinggi (27%), rendah (24%), sangat rendah (8%), dan tidak ada yang sangat tinggi.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Willy Ihsan Riskyanto tahun 2013 yang berjudul Tingkat kemampuan *forehand grounnstroke* dan *backhand groundstrokes* tenis lapangan siswa sekolah tenis selabora FIK UNY dengan metode penelitian survey. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kemampuan *forehand grounnstroke* kategori baik sekali adalah sebanyak 2 (9,52%), kategori baik 4 (19,05%), kategori sedang 10 (47,62%), kategori kurang 3 (14,29%), dan rendah 2 (9,52%). Tingkat kemampuan *backhand grounnstroke* kategori baik sekali adalah sebanyak 3 (14,29%), kategori baik 2 (9,52%), kategori sedang 8 (38,10%), kategori kurang 8 (38,10%), dan rendah 0 (0%).
3. Penelitian yang dilakukan oleh Gatot Subagyo dan R. Sunardiyanto, M.Kes yang berjudul tingkat keterampilan *groundstroke tenis* peserta seleksi

OOSN SD Kabupaten Gunungkidul tahun 2012 dengan metode penelitian survey. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan *forehand groundstroke* peserta putra dalam kategori sangat baik 0%, baik 25%, cukup 50%, kurang 12,5%, sangat kurang 12,5%, peserta putri sangat baik 0%, baik 37,5%, cukup 37,5%, kurang 25%, sangat kurang 0%. Keterampilan *backhand groundstroke* peserta putra dalam kategori sangat baik 0%, baik 25%, cukup 37,5%, kurang 37,5%, sangat kurang 0%, peserta putri sangat baik 0%, baik 37,5%, cukup 25%, kurang 37,5%, sangat kurang 0%.

C. Kerangka Berpikir

Permainan tenis lapangan merupakan salah satu bentuk permainan yang gerakannya sangat kompleks. Salah satu teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan tenis lapangan adalah teknik pukulan. Dalam permainan tenis lapangan terdapat beberapa jenis pukulan diantaranya pukulan *groundstroke* yaitu *forehand groundstrokes* dan pukulan *backhand groundstrokes*. Ketepatan pukulan dalam tenis lapangan sangat mempengaruhi dalam permainan.

Dalam permainan tenis lapangan tingkat kemampuan pukulan *forehand groundstrokes* dan pukulan *backhand groundstrokes* sangatlah penting. Teknik *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstroke* yang baik akan sangat mendukung jalannya permainan, bahkan akan mencapai prestasi yang optimal. Karena dengan penguasaan *forehand groundstrokes* maupun *backhand groundstrokes* yang baik akan susah dimatikan oleh lawan. Kebanyakan pemain tidak bisa mengembalikan bola saat harus memukul dengan pukulan

backhand groundstrokes, sehingga kemampuan *backhand groundstrokes* harus dikembangkan agar tidak diincar atau mudah dimatikan oleh lawan.

Dalam pendidikan jasmani kemajuan hasil belajar dilaksanakan dengan mempergunakan berbagai tes, baik tes kebugaran jasmani maupun tes keterampilan olahraga. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan tes tenis *dryer* di mana tes ini berfungsi untuk mengukur kecakapan umum bermain tenis. Bola dipukul dari belakang garis batas pukulan sebanyak 3 tahap dengan pukulan *forehand groundstrokes* dan pukulan *backhand groundstrokes*, di mana setiap tahap diberi waktu 30 detik. Bola yang terpukul dan masuk ke daerah sasaran diberikan skor satu.

Tes dan pengukuran ini dilakukan untuk mengetahui kondisi kemampuan siswa dalam bermain tenis lapangan, sehingga tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan pukulan *backhand groundstrokes* yang nantinya diketahui dapat dijadikan alat evaluasi untuk menerapkan metode latihan yang tepat yang pada akhirnya prestasi dalam permainan tenis lapangan dapat diraih secara optimal karena selama ini belum pernah dilakukan tes untuk mengukur tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan pukulan *backhand groundstrokes*

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey dengan teknik tes, jenis penelitian menggunakan deskriptif kuantitatif yaitu mengenai tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes*, artinya dalam penelitian ini peneliti hanya ingin menggambarkan kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* pada saat penelitian yang dilakukan terhadap variabel mandiri/tunggal yaitu tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Suharsimi Arikunto, 2002: 96). Suharsimi Arikunto (2002: 94), mendefinisikan variabel sebagai gejala yang bervariasi. Variabel dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal yaitu tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*. Kemampuan *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* adalah kemampuan siswa melakukan pukulan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* ke sasaran tertentu selama 30 detik dengan kesempatan melakukan sebanyak 3 kali.

C. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* yaitu sebanyak 32 siswa dengan rincian laki-laki berjumlah 20 siswa dan perempuan berjumlah 12 siswa.

D. Waktu dan Tempat Penelitian

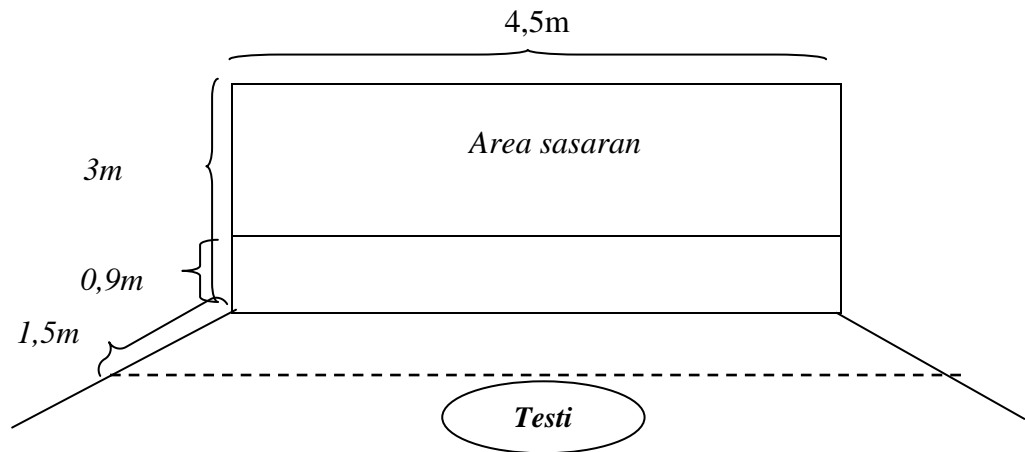
Penelitian ini dilaksanakan pada hari Rabu, tanggal 3 Juni 2015 Pukul 15.30 di Stadion Sultan Agung Bantul untuk *Bantul Tennis Camp*. Pada hari Sabtu tanggal 6 Juni 2015 pukul 16.00 dilakukan penelitian untuk *Handayani Tennis Club* di Gunung Kidul. Pada hari Minggu, 6 Agustus 2015 dilakukan penelitian di *Menoreh Tennis Club* Kulonprogo.

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat bantu yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data (Suharsimi Arikunto, 2002: 194). Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* adalah *Dyer Tennis Test*.

Sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam melakukan *Dyer Tennis Test* antara lain; a) raket tenis; b) bola tenis; c) *stopwatch*; d) pita; dan e) pensil.



Gambar 3. *Dyer Tennis Test* (Willy Ihsan, 2014:29)

Tes *Dyer* yang asli (sebelum direvisi) validitasnya antara 0,8 sampai 0,90 dengan cara mengkorelasikan skor tes dengan *judges ratings*. Koefisien reliabilitas tes *Dyer* yang asli adalah 0,90 (Ngatman, 2001:33).

2. Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan datanya menggunakan *Dyer Tennis Test*. Tes dilakukan oleh semua siswa dengan 3 kali kesempatan, setiap kesempatan tes dilakukan selama 30 detik.

Area tes yang diperlukan yaitu dinding yang bermukaan rata, sasaran pada tembok berbentuk persegi panjang dengan ukuran lebar 4,5 meter, tinggi 3 meter, dengan ruangan yang lebar. Pada permukaan tembok dibuat garis net yang sejajar dengan lantai dengan tebal 7,62 cm, garis tepi bawah berjarak 90 cm dari lantai. Sedangkan untuk jarak testi melakukan tes adalah 1,5 m dari dinding.

Pengambilan data dimulai dengan mengukur kemampuan pukulan *forehand groundstrokes* terlebih dahulu. Semua siswa melakukan *forehand*

groundstrokes pada kesempatan pertama, setelah semua melakukan pada kesempatan pertama maka dilanjutkan kesempatan kedua hingga semua siswa melakukan, dan kemudian kesempatan ketiga. Selanjutnya siswa melakukan *backhand groundstrokes* dengan ketentuan yang sama.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dengan persentase. Data yang terkumpul dari masing-masing butir tes yang pertama *forehand groundstrokes* yaitu skor diperoleh dari jumlah ulangan tiga kali kesempatan, masing-masing kesempatan 30 detik melakukan *forehand groundstrokes*. Butir tes yang kedua *backhand groundstrokes* yaitu skor diperoleh dari jumlah ulangan tiga kali kesempatan, masing-masing kesempatan 30 detik melakukan *backhand groundstrokes*. Sedangkan untuk *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* diperoleh dari penjumlahan tiga kali kesempatan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* yaitu penjumlahan butir tes pertama dan kedua. Sebelumnya akan dikategorikan menjadi 5 kategori berdasarkan nilai *mean* dan standar deviasi, analisis data tentang tingkat kemampuan *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* yang dituangkan dalam skala pengkategorian berdasarkan tingkat kemampuan siswa dengan menggunakan skala pengkategorian dari Anas sudijono, (2009: 453). Adapun skala pengkategorian adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Skala Pengkategorian.

Rentangan Norma	Kategori
$< Mean - 1,5 SD$	Rendah
$Mean - 1,5 SD \text{ s.d } Mean - 0,5 SD$	Kurang
$Mean - 0,5 SD \text{ s.d } Mean + 0,5 SD$	Sedang
$Mean + 0,5 SD \text{ s.d } Mean + 1,5 SD$	Baik
$Mean + 1,5 SD <$	Baik Sekali

Keterangan:

Mean = Rerata Kelompok

SD = *Standart Deviasi*

Statistik deskriptif digunakan dengan tujuan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana kemudian diubah dalam bentuk presentase dengan rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = hasil presentase

F = frekuensi

N= jumlah sampel

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian

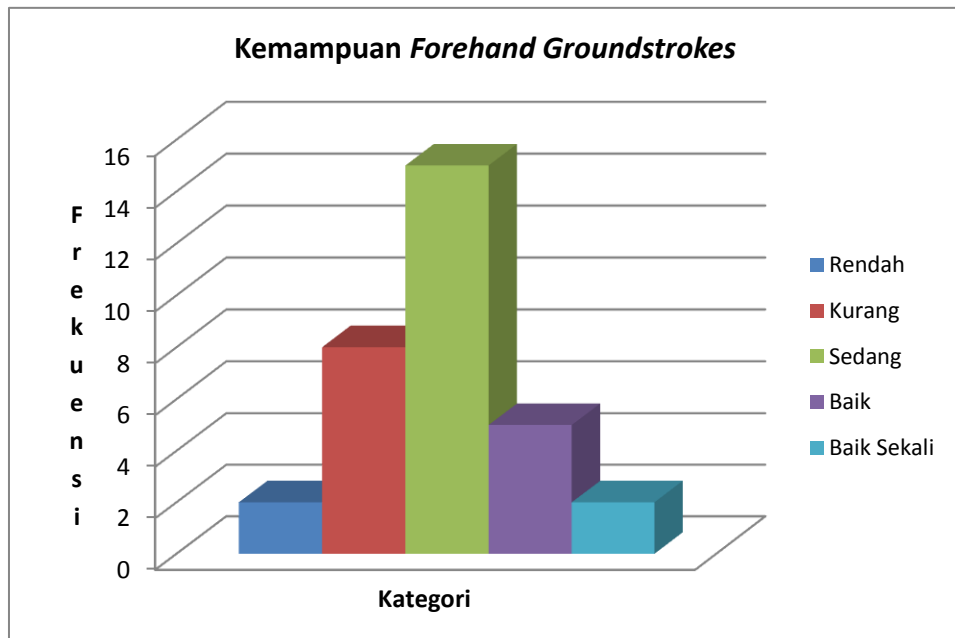
1. Tingkat Kemampuan *Forehand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*

Setelah diperoleh skor dari kemampuan *forehand groundstrokes* dari siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* yang berjumlah 32 siswa, maka diperoleh rata-rata sebesar 62,31 dan *standart deviasi* 12,73. Data yang diperoleh kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis menurut Anas Sudijono, (2009: 453). Berikut ini rincian kategori dari hasil analisis data penelitian:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Forehand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*

No	Norma	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	< 43,21	Rendah	2	6,25%
2	43,21 s.d 55,94	Kurang	8	25,00%
3	55,95 s.d 68,68	Sedang	15	46,87%
4	68,69 s.d 81,41	Baik	5	15,63%
5	81,41 <	Baik Sekali	2	6,25%
	Jumlah		32	100

Berdasarkan tabel di atas, secara rinci sebanyak 2 siswa (6,25%) mempunyai kemampuan *forehand groundstrokes* rendah, 8 siswa (25%) berkategori kurang, 15 siswa (46,87%) berkategori sedang, 5 siswa (15,63%) berkategori baik dan 2 siswa (6,25%) berkategori baik sekali. Analisis tersebut dapat disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 4. Histogram Kemampuan *Forehand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*

Berikut ini dapat diuraikan perhitungan rerata skor kemampuan *forehand groundstrokes* masing-masing sekolah tenis:

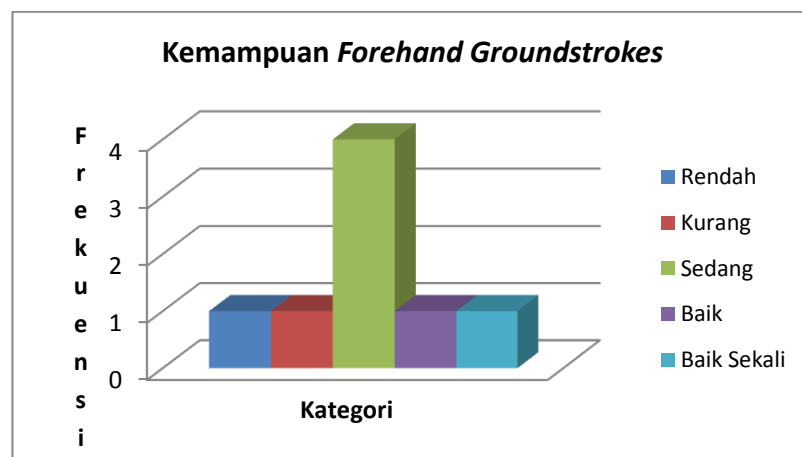
a. Kemampuan *Forehand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*

Setelah diperoleh skor dari kemampuan *forehand groundstrokes* dari siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club* yang berjumlah 8 siswa, maka diperoleh rata-rata sebesar 63 dan *standart deviasi* 3,33. Data yang diperoleh kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis menurut Anas Sudijono, (2009: 453). Berikut ini rincian kategori dari hasil analisis data penelitian:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Forehand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*

No	Norma	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	< 58,01	Rendah	1	12,5%
2	58,01 s.d 61,33	Kurang	1	12,5%
3	61,34 s.d 64,66	Sedang	4	50%
4	64,67 s.d 67,99	Baik	1	12,5%
5	67,99 <	Baik Sekali	1	12,5%
	Jumlah		8	100%

Berdasarkan tabel di atas, secara rinci sebanyak 1 siswa (12,5%) yang mempunyai kemampuan *forehand groundstrokes* dengan kategori rendah, 1 siswa (12,5%) berkategori kurang, 4 siswa (50%) berkategori sedang, 1 siswa (12,5%) berkategori baik dan 1 siswa (12,5%) berkategori baik sekali. Analisis tersebut dapat disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 5. Histogram Kemampuan *Forehand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*

b. Kemampuan *Forehand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Handayani Tennis Club*

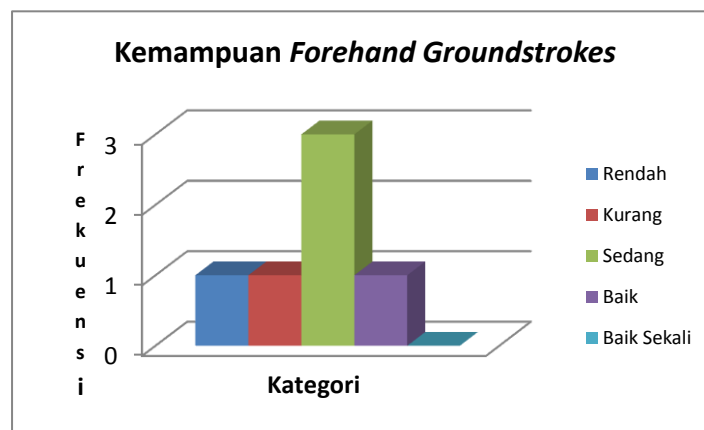
Setelah diperoleh skor dari kemampuan *forehand groundstrokes* dari siswa sekolah tenis *Handayani Tennis Club* yang berjumlah 6

siswa, maka diperoleh rata-rata sebesar 72,16 dan *standart deviasi* 10,18. Data yang diperoleh kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis menurut Anas Sudijono, (2009: 453). Berikut ini rincian kategori dari hasil analisis data penelitian:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Forehand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Handayani Tennis Club*

No	Norma	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	< 56,88	Rendah	1	16,67%
2	56,88 s.d 67,06	Kurang	1	16,67%
3	67,07 s.d 77,25	Sedang	3	50,00%
4	77,26 s.d 87,45	Baik	1	16,67%
5	87,45 <	Baik Sekali	0	0%
	Jumlah		6	100

Berdasarkan tabel di atas, secara rinci 1 siswa (16,67%) yang mempunyai kemampuan *forehand groundstrokes* dengan kategori rendah, 1 siswa (16,67%) berkategori kurang, 3 siswa (50%) berkategori sedang, 1 siswa (16,67%) berkategori baik dan tidak ada siswa (0%) yang berkategori baik sekali. Analisis tersebut dapat disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 6. Histogram Kemampuan *Forehand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Handayani Tennis Club*

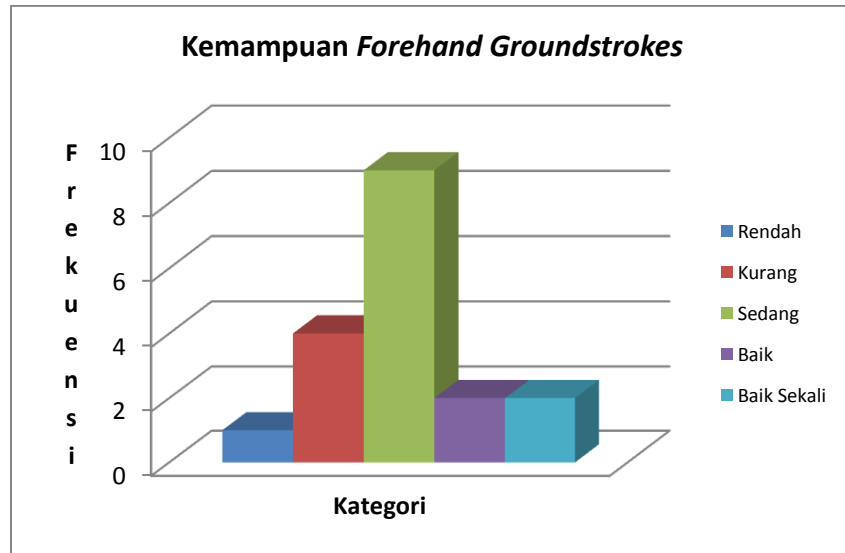
c. Kemampuan *Forehand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Bantul Tennis Camp*

Setelah diperoleh skor dari kemampuan *forehand groundstrokes* dari siswa sekolah tenis *Bantul Tennis Camp* yang berjumlah 18 siswa, maka diperoleh rata-rata sebesar 58,72 dan *standart deviasi* 14,57. Data yang diperoleh kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis menurut Anas Sudijono, (2009: 453). Berikut ini rincian kategori dari hasil analisis data penelitian:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Forehand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Bantul Tennis Camp*

No	Norma	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	< 36,86	Rendah	1	5,57%
2	36,86 s.d 51,43	Kurang	4	22,22%
3	51,44 s.d 66,00	Sedang	9	50%
4	66,01 s.d 80,58	Baik	2	11,11%
5	80,58 <	Baik Sekali	2	11,11%
	Jumlah		18	100,1%

Berdasarkan tabel di atas, secara rinci sebanyak 1 siswa (5,57%) mempunyai kemampuan *forehand groundstrokes* dengan kategori rendah, 4 siswa (22,22%) kurang, 9 siswa (50%) berkategori sedang, 2 siswa (11,11%) berkategori baik dan 2 siswa (11,11%) berkategori sangat baik. Analisis tersebut dapat disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 7. Histogram Kemampuan *Forehand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Handayani Tennis Club*

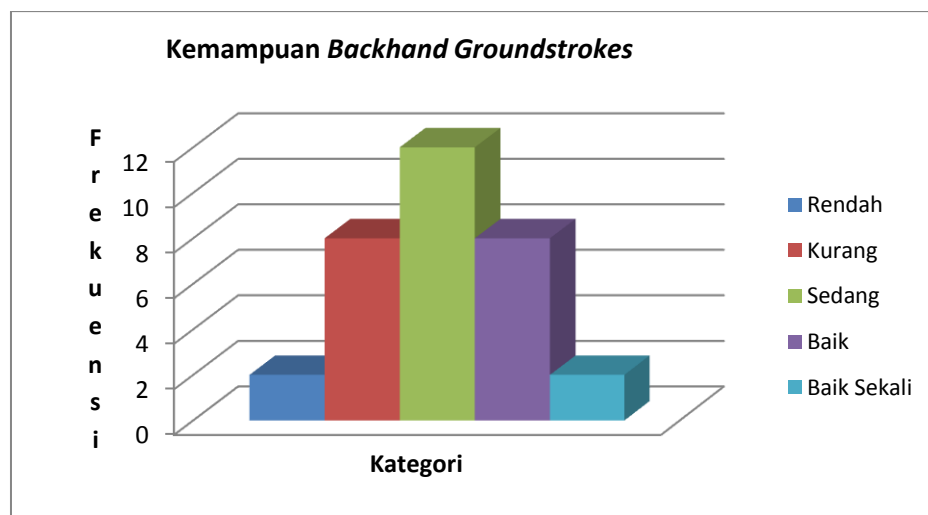
2. Tingkat Kemampuan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*

Setelah diperoleh skor dari kemampuan *backhand groundstrokes* dari siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* yang berjumlah 32 siswa, maka diperoleh rata-rata sebesar 54,46 dan *standart deviasi* 16,96. Data yang diperoleh kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis menurut Anas Sudijono, (2009: 453) sebagai berikut:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*

No	Norma	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	< 29,02	Rendah	2	6,25
2	29,02 s.d 45,98	Kurang	8	25
3	45,99 s.d 62,93	Sedang	12	37,5
4	62,94 s.d 79,9	Baik	8	25
5	79,9 <	Baik Sekali	2	6,25
	Jumlah		32	100

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi kemampuan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*, secara rinci sebanyak 2 siswa (6,25%) berkategori rendah, 8 siswa (25%) berkategori kurang, 12 siswa (37,5%) berkategori sedang, 8 siswa (25%) berkategori baik dan 2 siswa (6,25%) berkategori baik sekali. Analisis tersebut dapat disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 8. Histogram Kemampuan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*

Berikut ini dapat diuraikan perhitungan rerata skor kemampuan *forehand groundstrokes* masing-masing sekolah tenis:

a. Kemampuan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*

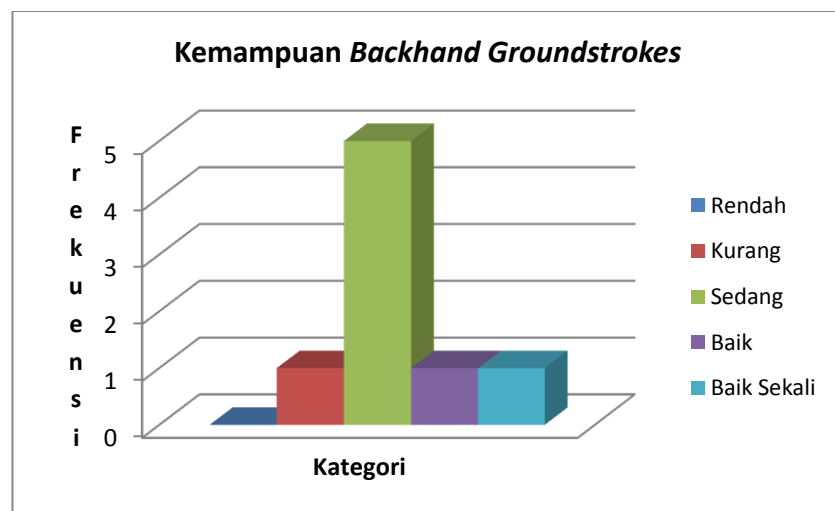
Setelah diperoleh skor dari kemampuan *forehand groundstrokes* dari siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club* yang berjumlah 8 siswa, maka diperoleh rata-rata sebesar 59,5 dan *standart deviasi* 6,30. Data

yang diperoleh kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis menurut Anas Sudijono, (2009: 453). Berikut ini rincian kategori dari hasil analisis data penelitian:

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Forehand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*

No	Norma	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	< 50,05	Rendah	0	0%
2	50,05 s.d 56,35	Kurang	1	12,5%
3	56,36 s.d 62,65	Sedang	5	62,5%
4	62,66 s.d 68,95	Baik	1	12,5%
5	68,95 <	Baik Sekali	1	12,5%
	Jumlah		8	100

Berdasarkan tabel di atas, secara rinci tidak ada siswa (0%) yang mempunyai kemampuan *forehand groundstrokes* dengan kategori rendah, 1 siswa (12,5%) berkategori kurang, 5 siswa (62,5%) berkategori sedang, 1 siswa (12,5%) berkategori baik dan 1 siswa (12,5%) yang berkategori baik sekali. Analisis tersebut dapat disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 9. Histogram Kemampuan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*

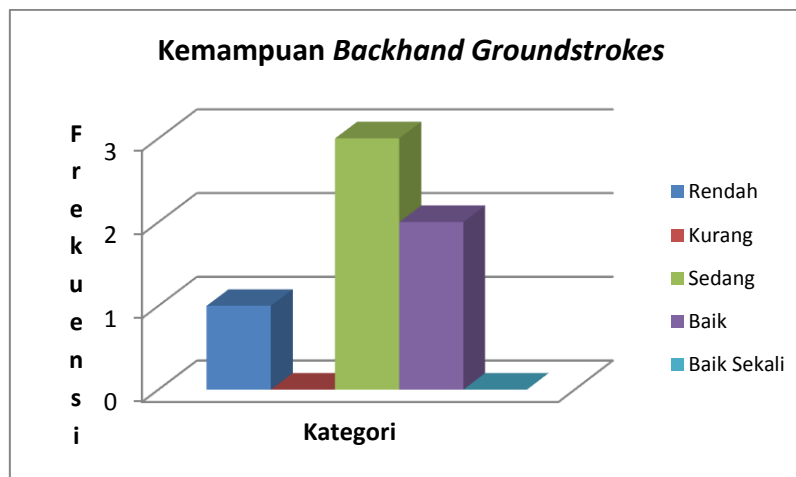
b. Kemampuan *Forehand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Handayani Tennis Club*

Setelah diperoleh skor dari kemampuan *forehand groundstrokes* dari siswa sekolah tenis *Handayani Tennis Club* yang berjumlah 6 siswa, maka diperoleh rata-rata sebesar 63,5 dan *standart deviasi* 13,18. Data yang diperoleh kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis menurut Anas Sudijono, (2009: 453). Berikut ini rincian kategori dari hasil analisis data penelitian:

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Handayani Tennis Club*

No	Norma	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	< 43,73	Rendah	1	16,67%
2	43,73 s.d 56,91	Kurang	0	0%
3	56,92 s.d 70,09	Sedang	3	50%
4	70,10 s.d 83,27	Baik	2	33,3%
5	83,27 <	Baik Sekali	0	0%
	Jumlah		6	100

Berdasarkan tabel di atas, secara rinci sebanyak 1 siswa (16,67%) mempunyai kemampuan *backhand groundstrokes* dengan kategori rendah, tidak ada siswa (0%) yang berkategori kurang, 3 siswa (50%) berkategori sedang, 2 siswa (33,3%) berkategori baik dan tidak ada siswa (0%) yang berkategori baik sekali. Analisis tersebut dapat disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 10. Histogram Kemampuan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Handayani Tennis Club*

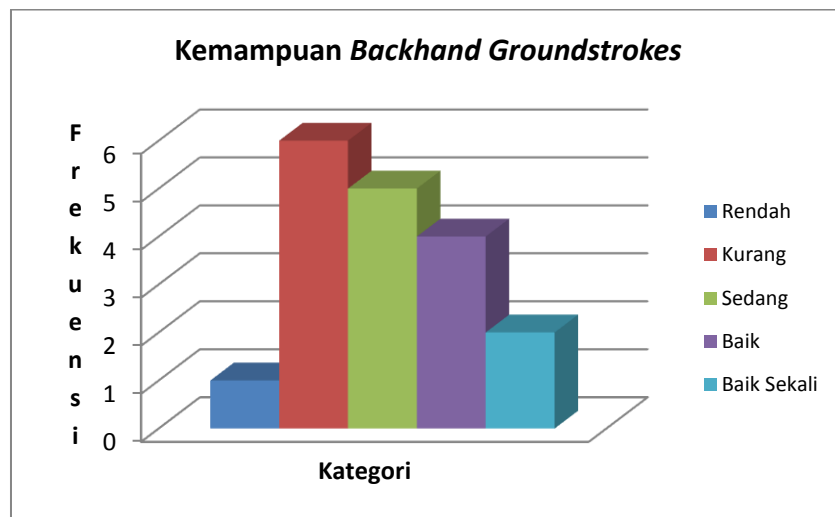
c. Kemampuan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Bantul Tennis Camp*

Setelah diperoleh skor dari kemampuan *forehand groundstrokes* dari siswa sekolah tenis *Bantul Tennis Camp* yang berjumlah 18 siswa, maka diperoleh rata-rata sebesar 49,22 dan *standart deviasi* 19,68. Data yang diperoleh kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis menurut Anas Sudijono, (2009: 453). Berikut ini rincian kategori dari hasil analisis data penelitian:

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Bantul Tennis Camp*

No	Norma	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	< 19,7	Rendah	1	5,55%
2	19,7 s.d. 39,37	Kurang	6	33,3%
3	39,38 s.d 59,06	Sedang	5	27,77%
4	59,07 s.d 78,74	Baik	4	22,22%
5	78,74 <	Baik Sekali	2	11,11%
	Jumlah		18	100

Berdasarkan tabel di atas, secara rinci sebanyak 1 siswa (5,55%) mempunyai kemampuan *backhand groundstrokes* dengan kategori rendah, 6 siswa (33,33%) berkategori kurang, 5 siswa (27,77%) berkategori sedang, 4 siswa (22,22%) berkategori baik dan 2 siswa (11,11%) berkategori baik sekali. Analisis tersebut dapat disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 11. Histogram Kemampuan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Bantul Tennis Camp*

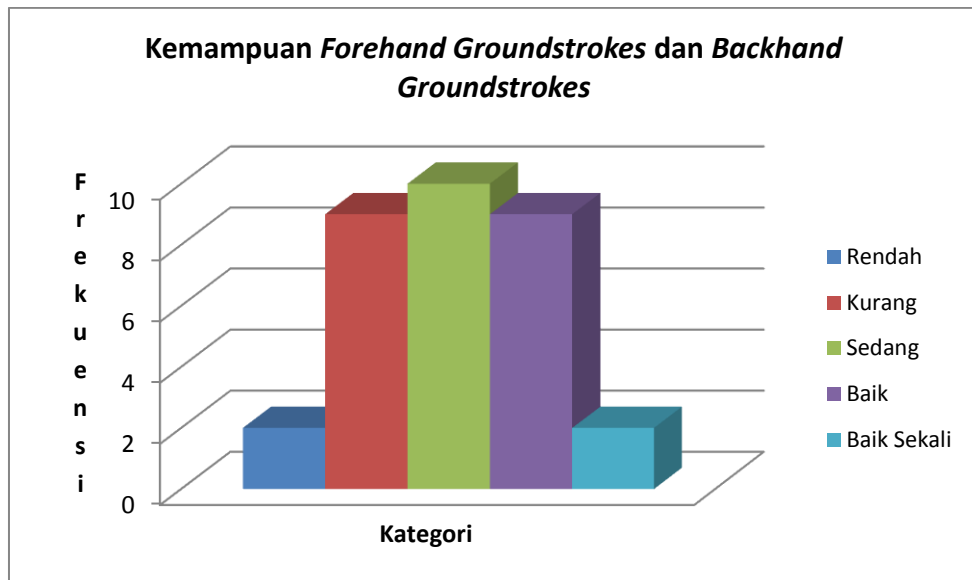
3. Tingkat Kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*

Setelah diperoleh skor dari kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* dari siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* yang berjumlah 32 siswa, maka diperoleh rata-rata sebesar 116,78 dan *standart deviasi* 28,44. Data yang diperoleh kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis menurut Anas Sudijono, (2009: 453) sebagai berikut:

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*

No	Norma	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	< 74,12	Rendah	2	6,25
2	74,12 s.d 102,55	Kurang	9	28,13
3	102,56 s.d 130,9	Sedang	10	31,25
4	131 s.d 159,44	Baik	9	28,13
5	159,44 <	Baik Sekali	2	6,25
	Jumlah		32	100,01

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* di atas, secara rinci sebanyak 2 siswa (6,25%) mempunyai kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* rendah, 9 siswa (28,13%) mempunyai kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* kurang, 10 siswa (31,25%) mempunyai kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* sedang, 9 siswa (28,13%) mempunyai kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* baik dan 2 siswa (6,25%) mempunyai kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* baik sekali. Analisis tersebut dapat disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 12. Histogram Kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstroke* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*.

Berikut ini dapat diuraikan perhitungan rerata skor kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* masing-masing sekolah tenis:

- a. Kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Menoreh Tennis Club*

Setelah diperoleh skor dari kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* dari siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club* yang berjumlah 8 siswa, maka diperoleh rata-rata sebesar 122,5 dan *standart deviasi* 8,43. Data yang diperoleh kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis menurut Anas Sudijono, (2009: 453).

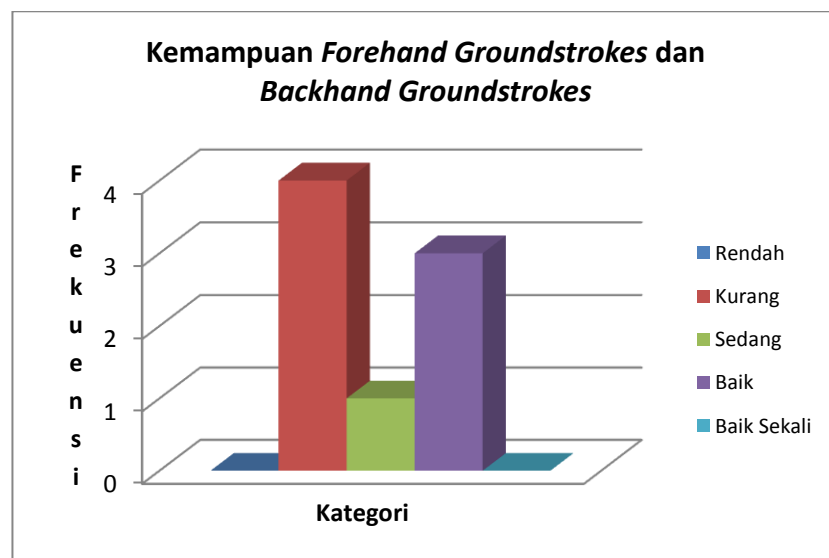
Berikut ini rincian kategori dari hasil analisis data penelitian:

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis Menoreh Tennis Club

No	Norma	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	< 109,84	Rendah	0	0%
2	109,84 s.d 118,28	Kurang	4	50%
3	118,29 s.d 126,71	Sedang	1	12,5%
4	126,72 s.d 135,15	Baik	3	37,5%
5	135,15 <	Baik Sekali	0	0%
	Jumlah		8	100

Berdasarkan tabel di atas, secara rinci tidak ada siswa (0%) yang mempunyai kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* dengan kategori rendah, 4 siswa (50%) berkategori kurang, 1 siswa (12,5%) berkategori sedang, 3 siswa (37,5%) berkategori baik dan tidak ada siswa (0%) yang berkategori sangat baik.

Analisis tersebut dapat disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 13. Kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis Menoreh Tennis Club

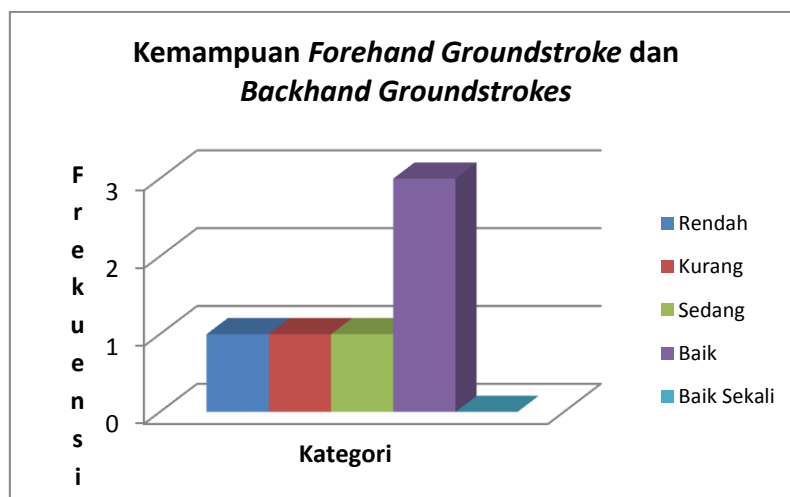
b. Kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Handayani Tennis Club*

Setelah diperoleh skor dari kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* dari siswa sekolah tenis *Handayani Tennis Club* yang berjumlah 6 siswa, maka diperoleh rata-rata sebesar 135,66 dan *standart deviasi* 21,64. Data yang diperoleh kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis menurut Anas Sudijono, (2009: 453). Berikut ini rincian kategori dari hasil analisis data penelitian:

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Handayani Tennis Club*

No	Norma	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	< 103,2	Rendah	1	16,67%
2	103,2 s.d 124,84	Kurang	1	16,67%
3	124,85 s.d 146,48	Sedang	1	16,67%
4	146,49 s.d 168,12	Baik	3	50,00%
5	168,12 <	Baik Sekali	0	0%
	Jumlah		6	100,1

Berdasarkan tabel di atas, secara rinci sebanyak 1 siswa (16,67%) yang mempunyai kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* dengan kategori rendah, 1 siswa (16,67%) berkategori kurang, 1 siswa (16,67%) berkategori sedang, 3 siswa (50%) berkategori baik dan tidak ada siswa (0%) yang berkategori baik sekali. Analisis tersebut dapat disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 14. Kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Handayani Tennis Club*

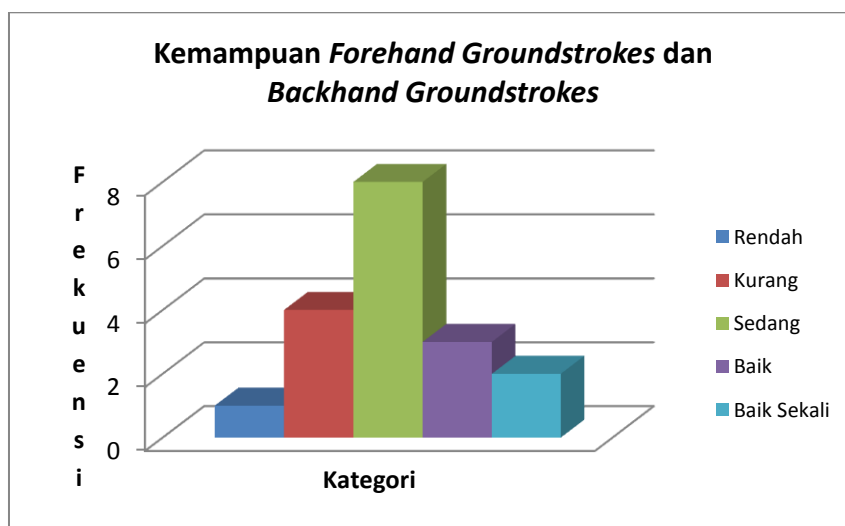
c. Kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Bantul Tennis Camp*

Setelah diperoleh skor dari kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* dari siswa sekolah tenis *Bantul Tennis Camp* yang berjumlah 18 siswa, maka diperoleh rata-rata sebesar 107,94 dan *standart deviasi* 32,92. Data yang diperoleh kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis menurut Anas Sudijono, (2009: 453). Berikut ini rincian kategori dari hasil analisis data penelitian:

Tabel 13. Distribusi Frekuensi Kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Bantul Tennis Camp*

No	Norma	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	< 58,56	Rendah	1	5,55%
2	58,56 s.d 91,48	Kurang	4	22,22%
3	91,49 s.d 124,41	Sedang	8	44,44%
4	124,42 s.d 157,32	Baik	3	16,66%
5	157,32 <	Baik Sekali	2	11,11%
	Jumlah		18	100

Berdasarkan tabel di atas, secara rinci sebanyak 1 siswa (5,55%) mempunyai kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* rendah, 4 siswa (22,22%) berkategori kurang, 8 siswa (44,44%) berkategori sedang, 3 siswa (16,66%) berkategori baik dan 2 siswa (11,11%) berkategori baik sekali. Analisis tersebut dapat disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 15. Kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes* Siswa Sekolah Tennis *Bantul Tennis Camp*

B. Pembahasan

Kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* merupakan kemampuan dasar yang harus dimiliki untuk dapat bermain tenis lapangan dengan baik. Kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* perlu dikuasai oleh pemain tenis sejak dini, karena teknik *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* adalah pukulan yang paling sering dilakukan pada saat bermain atau bertanding dalam tenis

lapangan dan sangat diperlukan pada saat *rally-rally* panjang pada saat pemain berada dekat dengan garis belakang atau *baseline*.

Pembahasan penelitian yang dilakukan pada siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* untuk kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* dapat dipaparkan sebagai berikut:

1. Kemampuan *Forehand Groundstrokes*

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* berkategori “sedang” karena kebanyakan siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* dalam melakukan *forehand groundstrokes* berada dalam kategori sedang yaitu sebanyak 15 siswa (46,87%), secara rinci sebanyak 2 siswa (6,25%) berkategori baik sekali, 5 siswa (15,63%) berkategori baik, 15 siswa (46,87%) berkategori sedang, 8 siswa (25%) berkategori kurang dan 2 siswa (6,25%) berkategori rendah.

2. Kemampuan *Backhand Groundstrokes*

Pada kemampuan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* ditunjukkan juga dengan kategori “sedang” karena kebanyakan siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* dalam melakukan *backhand groundstrokes* berada dalam kategori sedang yaitu sebanyak 12 siswa (37,5%) dengan rincian sebanyak

2 siswa (6,25%) berkategori baik sekali, 8 siswa (25%) berkategori baik, 12 siswa (37,5%) berkategori sedang, 8 siswa (25%) berkategori kurang dan 2 siswa (6,25%) berkategori rendah.

3. Kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes*

Pada kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* juga dalam berkategori “sedang” karena kebanyakan siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* dalam melakukan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* berada dalam kategori sedang yaitu sebanyak 10 siswa (31,25%). Dengan rincian sebanyak 2 siswa (6,25%) berkategori baik sekali, 9 siswa (28,13%) berkategori baik, 10 siswa (31,25%) berkategori sedang, 9 siswa (28,13%) berkategori kurang dan 2 siswa (6,25%) berkategori rendah.

Teknik merupakan faktor penting dalam permainan tenis lapangan. Untuk mendapatkan prestasi yang baik dalam bermain tenis, diperlukan penguasaan teknik yang baik. Penguasaan teknik yang baik berhubungan erat dengan gerak, kondisi fisik, taktik dan mental. Teknik dasar tenis lapangan harus betul-betul dikuasai agar dapat meningkatkan mutu prestasi dalam tenis lapangan. Penguasaan teknik dasar merupakan satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya suatu pertandingan disamping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental. Permainan tenis lapangan mengandung unsur gerak dasar servis, *groundstrokes*, *volley* dan *smash*.

Siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* memiliki kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand grounstrokes* sedang. Penyebabnya adalah sebagian anggota sekolah tenis tersebut masih berada pada umur di bawah 12 tahun, sehingga kekuatan otot masih belum optimal dan masih dapat berkembang serta kemampuan dalam *forehand groundstrokes* dan *backhand grounstrokes* masih belum terlatih secara teratur, terarah dan berkesinambungan. Selain itu, kurangnya frekuensi latihan menggunakan metode *drill* pada *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes*. *Drilling* ini dilakukan dengan cara memberikan *feeding* (umpan) sebanyak mungkin pada anak latih. Ada beberapa siswa yang memiliki kategori sangat baik namun kurang dari 50%. Untuk meningkatkan kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand grounstrokes* maka perlu dilakukan program yang sesuai dengan karakteristik dari siswa.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* berkategori “sedang”, secara rinci sebanyak 2 siswa (6,25%) berkategori baik sekali, 5 siswa (15,63%) berkategori baik, 15 siswa (46,87%) berkategori sedang, 8 siswa (25%) berkategori kurang dan 2 siswa (6,25%) rendah. Jika dilihat dari *mean* atau rata-rata kemampuan pukulan *forehand groundstrokes* sebesar (46,87%) yang masuk dalam kategori sedang. Sehingga tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* dapat disimpulkan dalam kategori “sedang”

Pada kemampuan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* dapat diketahui dengan kategori “sedang” dengan rincian sebanyak 2 siswa (6,25%) berkategori baik sekali, 8 siswa (25%) berkategori baik, 12 siswa (37,5%) berkategori sedang, 8 siswa (25%) berkategori kurang dan 2 siswa (6,25%) berkategori rendah. Jika dilihat dari *mean* atau rata-rata kemampuan pukulan *backhand groundstrokes* sebesar (37,5%) yang masuk dalam kategori sedang. Sehingga tingkat kemampuan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* dapat disimpulkan dengan kategori “sedang”

Sedangkan untuk kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstroke* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* dapat diketahui dalam berkategori “sedang.” Dengan rincian sebanyak 2 siswa (6,25%) berkategori baik sekali, 9 siswa (28,13%) berkategori baik, 10 siswa (31,25%) berkategori sedang, 9 siswa (28,13%) kurang dan 2 siswa (6,25%) berkategori rendah. Jika dilihat dari *mean* atau rata-rata kemampuan pukulan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* sebesar (31,25%) yang masuk dalam kategori sedang. Sehingga tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* dapat disimpulkan dengan kategori “sedang”

B. Implikasi

Hasil penelitian ini merupakan masukan yang bermanfaat bagi pelatih sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* agar meningkatkan kemampuan dasar *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* para siswa sekolah tenis, karena gerak dasar tersebut sangat penting untuk membuat permainan tenis lapangan lebih baik dan mendapatkan hasil prestasi yang optimal. Begitu juga untuk para pelatih di klub tenis lainnya, untuk memperhatikan penguasaan teknik dasar kepada siswa agar mampu memperoleh prestasi yang optimal.

C. Keterbatasan Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini diupayakan semaksimal mungkin sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian. Namun demikian masih dirasakan adanya keterbatasan dan kelemahan yang tidak dapat dihindari antara lain:

1. Peneliti tidak dapat mengontrol peserta tes apakah melakukan aktivitas yang berat atau tidak sebelum melakukan tes.
2. Terbatasnya jumlah sampel siswa dan siswi di sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*.

D. Saran-saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Perlunya untuk diketahui baik bagi pelatih, siswa dan orang tua untuk memahami pentingnya kemampuan dasar teknik *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* para siswa sekolah tenis, karena gerak dasar tersebut sangat penting untuk membuat permainan tenis lapangan lebih baik karena pada permainan tenis sangat sering terjadi pukulan *rally* yang panjang terutama dari posisi *baseline* sehingga dituntut untuk mempunyai kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* yang baik.
2. Sebuah wadah sebagai kumpulan atlet/ klub seperti sekolah tenis *Menoreh Tennis Club*, *Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* perlu mengadakan pengukuran mengenai tingkat kemampuan anak didiknya dalam menguasai teknik pukulan *forehand groundstrokes* dan *backhand*

groundstrokes sehingga dapat mengetahui seberapa tinggi kemampuan siswa dalam melakukan pukulan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* yang dapat digunakan sebagai dasar menentukan program latihan yang akan dilakukan untuk meningkatkan kemampuan pukulan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* agar prestasi anak didik dapat meningkat secara optimal.

3. Pelatih harus dapat memahami karakteristik setiap siswa sehingga dapat dengan tepat memberikan perlakuan pada setiap anak yang memiliki karakteristik masing-masing, seperti mengumpan bola pada saat *drilling* yang harus disesuaikan antara tinggi badan pemain, kedudukan bola datang. Hal ini berguna untuk siswa agar mendapatkan *hitting zone* pukulan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* pada tenis lapangan yang matang.
4. Para pelatih klub atau sekolah tenis untuk selalu memberikan pola latihan yang seimbang dalam mengasah kemampuan teknik antara *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* tenis lapangan.
5. Adanya penelitian ini diharapkan anak turut serta dalam mengembangkan dan memajukan olahraga tenis lapangan Indonesia khususnya Daerah Istimewa Yogyakarta.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

B. Keterbatasan Penelitian

Meskipun berbagai upaya telah dilakukan untuk menjaga kemurnian hasil penelitian ini, namun mengingat berbagai keterbatasan, diantaranya keterbatasan biaya, sarana dan prasarana sehingga terdapat sejumlah factor yang sulit dikendalikan pada waktu pengambilan data dilakukan. Adapun factor yang sulit dikendalikan selama pengambilan data, diantaranya yaitu:

1. Peneliti ini hanya menggunakan sampel yang berjumlah kecil yaitu berjumlah 6 orang.
2. Alat perekam yang digunakan hanya satu, sehingga pengambilan gambar tidak dilakukan sekaligus dalam satu kali gerakan.
3. Alat untuk menganalisis gerak masih terbatas dan masih perlu tenaga ahli pendamping.
4. Komponen biomotor testi tidak dilakukan pengukuran.
5. Pada pengambilan gambar tidak diperhatikan hasil servis.

C. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian sebagaimana tersebut di atas maka implikasi dari penelitian ini adalah:

1. Bagi Pelatih

Dapat digunakan sebagai bahan masukan para pelatih tenis lapangan tentang cara menganalisis teknik, khususnya teknik servis secara rinci dengan menggunakan Dartfish Prosuite. Pelatih dapat mengetahui dan memberikan terapi teknik servis yang secara biomekanika kurang efektif dan efisien. Mampu memberikan program latihan dan contoh teknik yang benar sesuai prinsip-prinsip mekanika.

2. Bagi Atlet

Mengetahui teknik servis yang dilakukan kurang efektif dan efisien secara biomekanika. Diharapkan memberikan gambaran mengenai teknik servis yang benar, sehingga membuat atlet untuk melakukan teknik servis dengan efektif dan efisien secara biomekanika.

D. Saran

1. Pemanfaatan dartfish untuk analisis gerak segera disosialisasikan kepada para pelatih khususnya pelatih tenis lapangan.
2. Apabila memungkinkan program analisis dengan menggunakan Dartfish Prosuite dapat diperbanyak.
3. Setiap pelatih harus menganalisis setiap atletnya, sehingga mengetahui kesalahan-kesalahan yang dilakukan dan memberikan terapi-terapi yang benar secara biomekanika.

4. Untuk penelitian berikutnya yang menggunakan alat perekam gerak dianjurkan untuk menggunakan alat perekam gerak lebih dari satu.
5. Perlu segera dibangun laboratorium biomekanika yang salah satu fungsinya untuk menganalisa teknik secara cermat dan tepat sehingga penampila atau prestasi seorang atlet akan menjadi lebih baik.
6. Sampel diperbanyak sehingga hasilnya lebih representative.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono, 2009. Pengantar Statistik Pendidikan. Jakarta : PT.Raja Grafindo Persada.
- Arma Abdoelah dkk. (1981). *Olahraga untuk perguruan tinggi*. Yogyakarta: PT: Sastra Hudaya.
- Badudu, J.S dan Sutan Mohammad Zain. (1996). Kamus Umum Bahasa Indonesia.Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Brown, Jim. (2007). *Tenis: Tingkat pemula, alih bahasa dari Tennis: Steps to succes*. Jakarta: Raja Gravindo Persada.
- Depdikbud. (1982). *Kamus olahraga*. Jakarta
- Djemari Merdapi. (1996). *Penilaian untuk kerja sebagai usaha untuk meningkatkan kemampuan sumber daya manusia*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Echols, John M dan Hassan Shadily. 1996. Kamus Inggris-Indonesia. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Jones, C.M. dan Angela Buxton. (2006). *Belajar tenis untuk pemula*. Bandung: Pionir Jaya.
- Hohm, Jindrich and Klavora, Peter, (1987). *Tennis Techique and Tactics, Play to Win The Czech Way*. Canada: Sport Book Publisher.
- M. Yunus. (1995). *Pemilihan Bibit Petenis berbakat dan proses pembinaan. Majalah Olahraga*. (Edisi pertama, April). Yogyakarta: FIK UNY.
- Ngatman. (2001). *Tes dan Pengukuran*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Palmizal. (2012). *Pengaruh metode latihan elementer terhadap akurasi groundstroke forehand dalam permainan tenis*. Jurnal, Cerdas Sifa, Edisi 1, hlm. 1.
- Siti Partini Suardiman. (1995). *Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Schuyler, Steve. (1993). *Winning Tennis, complete guide for coaches and advanced players*. Englexood cliff, N.J: Prentice hall.
- Soetjiningsing. (2004). *Tumbuh kembang anak*. Jakarta: EGC

- Suharsimi Arikunta. 2002. Metodologi Penelitian. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Toriq Thahara. (2013). Tingkat keterampilan pukulan *forehand groundstroke drive* dan pukulan *backhand groundstroke drive* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis lapangan di smp negeri 1 Kaliangkrik Kabupaten Magelang tahun ajaran 2012/ 2013. *Skripsi*: UNY
- Willy Ihsan. Tngkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* tenis lapangan siswa sekolah tenis selabora FIK UNY. *Skripsi*: UNY.

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Skala pengkategorian Anas sudijono	29
Tabel 2. Distribusi Frekuensi <i>Kemampuan Forehand Groundstrokes</i>	32
Tabel 3. Distribusi Frekuensi <i>Kemampuan Forehand Groundstrokes</i> siswa sekolah tenis <i>Menoreh Tennis Club</i>	32
Tabel 4. Distribusi Frekuensi <i>Kemampuan Forehand Groundstrokes</i> siswa sekolah tenis <i>Handayani Tennis Club</i>	33
Tabel 5. Distribusi Frekuensi <i>Kemampuan Forehand Groundstrokes</i> siswa sekolah tenis <i>Bantul Tennis Camp</i>	34
Tabel 6. Distribusi Frekuensi <i>Kemampuan Backhand Groundstrokes</i>	35
Tabel 7. Distribusi Frekuensi <i>Kemampuan Backhand Groundstrokes</i> siswa sekolah tenis <i>Menoreh Tennis Club</i>	37
Tabel 8. Distribusi Frekuensi <i>Kemampuan Backhand Groundstrokes</i> siswa sekolah tenis <i>Handayani Tennis Club</i>	38
Tabel 9. Distribusi Frekuensi <i>Kemampuan Backhand Groundstrokes</i> siswa sekolah tenis <i>Bantul Tennis Camp</i>	39
Tabel 10. Distribusi Frekuensi <i>Kemampuan Forehand Groundstrokes</i> dan <i>Backhand Groundstrokes</i>	41
Tabel 11. Distribusi Frekuensi <i>Kemampuan Forehand Groundstrokes</i> dan <i>Backhand Groundstrokes Menoreh Tennis Club</i>	43
Tabel 12. Distribusi Frekuensi <i>Kemampuan Forehand Groundstrokes</i> dan <i>Backhand Groundstrokes Handayani Tennis Club</i>	44
Tabel 13. Distribusi Frekuensi <i>Kemampuan Forehand Groundstrokes</i> dan <i>Backhand Groundstrokes Bantul Tennis Camp</i>	45

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. <i>Forehand Groundstrokes</i>	13
Gambar 2. <i>Backhand Groundstrokes</i>	16
Gambar 3. <i>Dyer Tennis Test</i>	28
Gambar 4. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i>	32
Gambar 5. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> Siswa Sekolah Tennis <i>Menoreh Tennis Club</i>	32
Gambar 6. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> Siswa Sekolah Tennis <i>Handayani Tennis Club</i>	33
Gambar 7. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> Siswa Sekolah Tennis <i>Bantul Tennis Camp</i>	35
Gambar 8. Histogram Kemampuan <i>Backhand Groundstrokes</i>	36
Gambar 9. Histogram Kemampuan <i>Backhand Groundstrokes</i> Siswa Sekolah Tennis <i>Menoreh Tennis Club</i>	37
Gambar 10. Histogram Kemampuan <i>Backhand Groundstrokes</i> Siswa Sekolah Tennis <i>Handayani Tennis Club</i>	39
Gambar 11. Histogram Kemampuan <i>Backhand Groundstrokes</i> Siswa Sekolah Tennis <i>Bantul Tennis Camp</i>	40
Gambar 12. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> dan <i>Backhand Groundstrokes</i>	42
Gambar 13. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> dan <i>Backhand Groundstrokes</i> <i>Menoreh Tennis Club</i>	43
Gambar 14. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> dan <i>Backhand Groundstrokes</i> <i>Handayani Tennis Club</i>	45
Gambar 15. Histogram Kemampuan <i>Forehand Groundstrokes</i> dan <i>Backhand Groundstrokes</i> <i>Bantul Tennis Camp</i>	46

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Petunjuk Pelaksanaan <i>Dyer Tennis Test</i>	56
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian	58
Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian <i>Menoreh Tennis Club</i>	59
Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian <i>Handayani Tennis Club</i>	60
Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian <i>Bantul Tennis Camp</i>	61
Lampiran 6. Hasil Perolehan Data <i>Forehand Groundstrokes</i>	62
Lampiran 7. Hasil Perolehan Data <i>Backhand Groundstrokes</i>	63
Lampiran 8. Hasil Perolehan Data <i>Forehand Groundstrokes dan Backhand Groundstrokes</i>	64
Lampiran 9. Foto Penelitian	65

Lampiran 6

Hasil Perolehan Data *Forehand Groundstroke*

No	Nama	<i>Forehand Groundstroke</i>			Jumlah
		1	2	3	
1	Talitha Ayudya	9	10	14	33
2	Hanifah Rahma	14	11	17	42
3	Fabian Rakun	17	17	10	44
4	Agung Nugroho	17	17	17	51
5	Alsya Viviana	17	18	16	51
6	Kondhang Parikesit	18	16	18	52
7	Veronica Sherlita	17	18	17	52
8	Dhiki Sanjaya	13	20	20	53
9	Nasywa Rihadatul	15	18	20	53
10	Amalia Ikhsan	17	19	19	55
11	Muklis Gunadi	19	19	18	56
12	Indra Ariyanto	21	18	19	58
13	Rizka Zayyi Ardina	18	20	21	59
14	Yoga Firmansyah	25	17	20	62
15	Ali Hermawan	21	21	20	62
16	Sherira Rahma	18	21	23	62
17	Bagus Harjuna Ari	19	23	21	63
18	Khasnan Fatkhiyatul	18	22	24	64
19	Andhika Satya Pratama	20	24	20	64
20	Chesareva Yulyas	14	25	25	64
21	Miftahul Munir	19	23	23	65
22	Agatha Triasta	19	23	23	65
23	Dito Arindo	19	24	23	66
24	Krisna Alauddin	22	22	23	67
25	Dimas Aqshal	24	23	21	68
26	Jawaharal Obi Pengestu	22	23	29	74
27	Rafif Winato	26	21	29	76
28	Shintia Agatha	25	26	26	77
29	Irfan Widhayanto	23	23	31	77
30	Faiza Salsabila N	28	28	25	81
31	Asyam Aiaud	29	26	30	85
32	Nafidlah Dwi P	30	31	32	93
	SD				12,73156
	Mean				62,3125

Lampiran 7

Haasil Perolehan Data *Backhand Groundstrokes*

No	Nama	Backhand Groundstroke			Jumlah
		1	2	3	
1	Talitha Ayudya	9	3	7	19
2	Veronica Sherlita	7	7	8	22
3	Alsya Viviana	8	12	10	30
4	Fabian Rakun	9	14	10	33
5	Hanifah Rahma	7	13	14	34
6	Ali Hermawan	10	12	14	36
7	Amalia Ikhsan	12	13	14	39
8	Muklis Gunadi	13	15	13	41
9	Dhiki Sanjaya	11	17	16	44
10	Nasywa Rihadatul	16	13	15	44
11	Kondhang Parikesit	13	16	17	46
12	Krisna Alauddin	18	15	16	49
13	Sherira Rahma	17	16	19	52
14	Khasnan Fatkhiyatul	19	17	17	53
15	Bagus Harjuna Ari	17	20	16	53
16	Indra Ariyanto	16	19	22	57
17	Agatha Triasta	26	19	13	58
18	Andhika Satya Pratama	16	23	19	58
19	Rizka Zayyi Ardina	21	20	17	58
20	Agung Nugroho	20	21	20	61
21	Asyam Aiaud	22	19	21	62
22	Dito Arindo	23	20	19	62
23	Dimas Aqshal	20	21	24	65
24	Miftahul Munir	23	19	24	66
25	Rafif Winato	22	26	21	69
26	Yoga Firmansyah	22	24	24	70
27	Chesareva Yulyas	23	22	26	71
28	Irfan Widhayanto	24	26	23	73
29	Shintia Agatha	25	26	26	77
30	Jawaharal Obi	26	25	27	78
31	Faiza Salsabila N	27	26	28	81
32	Nafidlah Dwi P	28	29	25	82
					50,5
	SD				16,96293
	Mean				54,46875

Lampiran 8

Hasil Perolehan Data *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes*

No	Nama	<i>Forehand Groundstroke</i>			<i>Backhand Groundstroke</i>			Jumlah
		1	2	3	1	2	3	
1	Talitha Ayudya	9	10	14	9	3	7	52
2	Veronica Sherlita	17	18	17	7	7	8	74
3	Hanifah Rahma	14	11	17	7	13	14	76
4	Fabian Rakun	17	17	10	9	14	10	77
5	Alsya Viviana	17	18	16	8	12	10	81
6	Amalia Ikhsan	17	19	19	12	13	14	94
7	Dhiki Sanjaya	13	20	20	11	17	16	97
8	Nasywa Rihadatul	15	18	20	16	13	15	97
9	Muklis Gunadi	19	19	18	13	15	13	97
10	Ali Hermawan	21	21	20	10	12	14	98
11	Kondhang Parikesit	18	16	18	13	16	17	98
12	Agung Nugroho	17	17	17	20	21	20	112
13	Sherira Rahma	18	21	23	17	16	19	114
14	Indra Ariyanto	21	18	19	16	19	22	115
15	Krisna Alauddin	22	22	23	18	15	16	116
16	Bagus Harjuna Ari	19	23	21	17	20	16	116
17	Khasnan Fatkhiyatul	18	22	24	19	17	17	117
18	Rizka Zayyi Ardina	18	20	21	21	20	17	117
19	Andhika Satya	20	24	20	16	23	19	122
20	Agatha Triasta	19	23	23	26	19	13	123
21	Dito Arindo	19	24	23	23	20	19	128
22	Miftahul Munir	19	23	23	23	19	24	131
23	Yoga Firmansyah	25	17	20	22	24	24	132
24	Dimas Aqshal	24	23	21	20	21	24	133
25	Chesareva Yulyas	14	25	25	23	22	26	135
26	Rafif Winato	26	21	29	22	26	21	145
27	Asyam Aiaud	29	26	30	22	19	21	147
28	Irfan Widhayanto	23	23	31	24	26	23	150
29	Jawaharal Obi	22	23	29	26	25	27	152
30	Shintia Agatha	25	26	26	25	26	26	154
31	Faiza Salsabila N	28	28	25	27	26	28	162
32	Nafidlah Dwi P	30	31	32	28	29	25	175
								113,5
								20,5
	Rata-rata							116,7813
	SD							28,44319

Lampiran 9

Foto Penelitian

